

Принято
на педагогическом совете № 1
от «26» августа 2025 г.

Утверждено
Методист (с обязанностями руководителя)
СПДС № 10 «Снежок»
_____ Т.Н. Прососова

Режим дня СПДС № 10 «Снежок» на сентябрь 2025 г - май 2026 г

Возрастная группа/режимные моменты	2 младшая (3-4 лет)			средняя (4-5 лет)			разновозрастная группа № 3 (5-7 лет)		
	длит	начало	окончание	длит	начало	окончание	длит	начало	окончание
Утренний приём, осмотр, самостоятельная деятельность, свободная игра	1:00	7:00	8:00	1:00	7:00	8:00	1:00	7:00	8:00
Утренняя гимнастика	0:10	8:00	8:10	0:10	8:00	8:10	0:10	8:00	8:10
Завтрак (подготовка к завтраку, КГН, дежурство)	0:30	8:10	8:40	0:30	8:10	8:40	0:30	8:10	8:40
Утренний круг	0:10	8:40	8:50	0:05	8:40	8:45	0:05	8:40	8:45
Игры, подготовка к занятиям	0:10	8:50	9:00	0:05	8:45	8:50	0:05	8:45	8:50
Занятия в игровой форме (по подгруппам у детей раннего возраста), активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), занятия со специалистами	0:50	9:00	9:50	1:10	8:50	10:00	1:30	8:50	10:20
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более		30 мин. (2x15 мин.)			40 мин. (2x20 мин.)		5-6 л 50 мин. или 75 мин. при организации 1 занятия после дневного сна (3x25 мин.)		6-7 л 90 мин. (3x30 мин.)
Второй завтрак (подготовка ко второму завтраку, КГН, дежурство)	0:10	9:50	10:00	0:10	10:00	10:10	0:10	10:20	10:30
Подготовка к прогулке, КГН, прогулка с подвижными играми и спортивными упражнениями	1:40	10:00	11:40	1:40	10:10	11:50	1:30	10:30	12:00
Длительность 1 прогулки	1 ч. 40 мин.			1 ч. 40 мин.			1 ч. 30 мин.		
Возвращение с прогулки, КГН, игры	0:20	11:30	11:50	0:20	11:50	12:10	0:10	12:00	12:10
Обед (подготовка к обеду, КГН, дежурство)	0:30	11:50	12:20	0:30	12:10	12:40	0:30	12:10	12:40
Подготовка ко сну, КГН, чтение перед сном, дневной сон	3:00	12:20	15:20	2:30	12:40	15:10	2:30	12:40	15:10
Длительность сна	3 часа			2 ч. 30 мин			2 ч. 30 мин		
Постепенный подъем, КГН, профилактические	0:10	15:20	15:30	0:10	15:10	15:20	0:10	15:10	15:20

Возрастная группа/режимные моменты	2 младшая (3-4 лет)			средняя (4-5 лет)			разновозрастная группа № 3 (5-7 лет)		
	длит	начало	окончание	длит	начало	окончание	длит	начало	окончание
физкультурно-оздоровительные процедуры									
Занятия в игровой форме (по подгруппам у детей раннего возраста), занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.); самостоятельная деятельность детей, игры, разновозрастные общения, индивидуальная образовательная деятельность со специалистами	0:25	15:30	15:55	0:40	15:20	16:00	0:50	15:20	16:10
Уплотненный полдник с включением блюд ужина (подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, КГН)	0:25	15:55	16:20	0:20	16:00	16:20	0:20	16:10	16:30
Самостоятельная деятельность детей, игры, разновозрастные общения, индивидуальная образовательная деятельность со специалистами	0:30	16:20	16:50	0:30	16:20	16:50	0:25	16:30	16:55
Вечерний круг	0:10	16:50	17:00	0:10	16:50	17:00	0:05	16:55	17:00
Подготовка к прогулке (КГН), прогулка	1:30	17:00	18:30	1:30	17:00	18:30	1:30	17:00	18:30
Длительность 2 прогулки	1 ч. 30 мин.			1 ч. 30 мин.			1 ч. 30 мин.		
Возвращение с прогулки, самостоятельные игры, уход детей домой	0:30	18:30	19:00	0:30	18:30	19:00	0:30	18:30	19:00
Общий подсчет времени									
	3-4 л			4-5 л			5-6 л		
Максимальный объем недельной образовательной нагрузки	2ч.30 мин.			3ч. 20мин.			5ч.25мин.		
На прогулку, не менее	3 ч/день	3 часа/день			3 часа/день			3 часа/день	
На сон, не менее	3 часа	2 часа 30 мин			2 часа 30 мин			2 часа 30 мин	
КГН		не менее 3 ч			не менее 3 ч			не менее 3 ч	

*Режим дня и организация воспитательно-образовательного процесса, разработаны в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 от 01.03.2021

** Продолжительность прогулки зависит от климатических и погодных условий, ежедневная прогулка проводится не менее 3 часов