

УТВЕРЖДЕН
на педагогическом совете
«28» августа 2025 года
Заведующий МБДОУ ДС № 10
_____ Котерева О.Ф.

Режим занятий МБДОУ ДС № 10, разработан с учётом требований ОП ДО МБДОУ ДС № 10, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21.

Продолжительность занятий и нагрузки

В пункте 35.12 ФОП ДО закреплены требования к организации образовательного процесса, которые опираются на санитарные нормы. **Продолжительность непрерывной образовательной деятельности:**

- для детей от 1,5 до 3 лет — не более 10 минут;
- от 3 до 4 лет — не более 15 минут;
- от 4 до 5 лет — не более 20 минут;
- от 5 до 6 лет — не более 25 минут;
- от 6 до 7 лет — не более 30 минут.

Суммарная образовательная нагрузка в течение дня не должна превышать:

- для детей от 1,5 до 3 лет — 20 минут;
- от 3 до 4 лет — 30 минут;
- от 4 до 5 лет — 40 минут;
- от 5 до 6 лет — 50 минут (или 75 минут, если одно занятие организовано после дневного сна);
- от 6 до 7 лет — 90 минут.

Перерывы между занятиями должны быть не менее 10 минут. Во время занятий обязательно проводятся физкультминутки (не менее 2 минут).

Режим дня в 2025 - 2026 году

Первый/второй (сентябрь-май) период реализации Программы					
Режимные моменты	1,5 – 3 года	3-4 года	4-5 лет	Смешанная дошкольная группа	
				5-6 лет	6-7 лет
Приём детей, прогулка, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), игры	7.30 - 8.30	7.30-8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям, утренний круг	9.00-9.30	9.00 – 9.20	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.00 – 9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики	9.30-10.00 в игровой форме по подгруппам	9.20 - 10.00	9.15 - 10.20	9.15 - 10.25	9.10 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с	10.00-11.30	10.00 - 12.00	10.20 - 12.00	10.25-12.00	10.50 – 12.00

прогулки					
Игры, самостоятельная деятельность	11.30-12.00	-	-	-	-
<i>Второй завтрак</i>	<i>10.30-11.00</i>	<i>10.30-11.00</i>	<i>10.30-11.00</i>	<i>10.30-11.00</i>	<i>10.30-11.00</i>
Обед	12.00-12.30	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон, постепенный подъем, закаливающие процедуры	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30 -16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	16.00-16.30	-	-	-	-
Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	-	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	16.30-17.30	16.30 -17.30	16.30 - 17.30	16.30 - 17.30	16.30 - 17.30
<i>Третий (июнь-август) период реализации Программы</i>					
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), дежурство	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность, утренний круг	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Прогулка: игры, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-11.30	9.20-12.00	09.20-12.00	09.20-12.00	9.20-12.00
Второй завтрак	10.30–11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Обед	12.00-12.30	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30