

Согласован
Врач-педиатр

Д.В. Драгай

Утверждаю
Заведующий

Г.В. Смирнова
31 августа 2026

**Режим дня на холодный период года
во второй младшей группе № 3 «Звездочки»
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00				
Занятия	9.00-9.15 9.30-9.45		9.00-9.15	9.00-9.15 9.30-9.45	9.00-9.15
Самостоятельная деятельность	9.15-9.30 9.45-10.00		9.15-10.00		
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность					10.10-10.30 10.45-12.00
Занятия			10.10-10.25		10.30-10.45/ 10.55-11.10/ 11.20-11.35/ 11.45-12.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.00		10.25-12.00	10.10-12.00	9.15-10.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей		15.40-16.30			15.40-16.15
Музыкальный досуг					16.15-16.30
Чтение художественной литературы	16.30 – 16.45				
Самостоятельная деятельность	16.45-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.00 – 19.00				

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СП и СанПиН	По СП и СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей – допускается 4-х разовое с усиленным полдником	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 30 мин.	30 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 15 мин./ -	15 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается