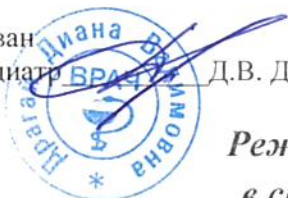


Согласован
Врач-педиатр Д.В. Драгай



Утверждаю
Заведующий Г.В. Смирнова
31 августа 2026



**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 6 «Русалочка»
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00				
Занятия	9.00-9.25 9.35-10.00			9.00-9.25	9.00-9.25 9.35-10.00
Самостоятельная деятельность				9.25-10.00	
Второй завтрак	10.00-10.10				
Занятия			10.10-10.35		
Самостоятельная деятельность	10.10-11.00		10.35-11.00		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.40				
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.00				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 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	15.40-16.15		15.40-16.20		
Музыкальный досуг			16.20-16.45		
Занятия	16.15-16.40	15.40-16.05		15.40-16.15/ 16.15-16.40	15.40-16.15/ 16.15-16.40/ 16.50-17.15/ 17.25-17.50
Игры, самостоятельная деятельность детей		16.05-16.40		16.15-16.40	
Чтение художественной литературы	16.40-17.05		16.45-17.05	16.40-17.05	
Игры, самостоятельная деятельность детей					17.05-18.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.05 – 19.00				18.40-19.00

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 45 мин.	45 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 25 минут + / +	20-25 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается