

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 78
Красносельского района Санкт-Петербурга «Жемчужинка»
(ГБДОУ детский сад № 78 «Жемчужинка»)

ПРИНЯТЫ

Педагогическим Советом
Образовательного учреждения
Протокол от 31.08.2026 г. № 1

УТВЕРЖДЕНЫ

Приказом от 31.08.2026 г. № 73-ад

ПРИНЯТЫ

С учетом мнения родителей
(законных представителей):
Советом родителей
(законных представителей)
воспитанников
Протокол от 31.08.2026 г. № 4

РЕЖИМЫ ДНЯ
(на период с 01.09.2026 г. по 31.05.2027 г.)

Режим дня на холодный период года
во второй младшей группе № 2 «Осьминожки» (1 корпус)
(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	9.00-9.15 10.30-10.45/ 10.55-11.10/ 11.20-11.35/ 11.45-12.00	9.00-9.15 9.30-9.45		
Самостоятельная деятельность	9.15-10.00	10.10-10.30 10.45-12.00	9.15-9.30 9.45-10.00		
Второй завтрак	10.00-10.10				
Занятия	10.10-10.25				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.00	9.15-10.00	10.10-12.00		
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				
Музыкальный досуг		15.40-15.55			
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.25	15.55-16.25	15.40-16.25		
Чтение художественной литературы	16.25 – 16.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.00				
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

**Режим дня на холодный период года
во второй младшей группе № 1 «Рыбки» (1 корпус)
(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/ 9.25-9.40/ 9.50-10.05/ 10.15-10.30	9.00-9.15 9.30-9.45			
Самостоятельная деятельность	9.15-10.00	9.15-9.30 9.45-10.00			
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.40				
Занятие	10.40-10.55				
Самостоятельная деятельность	10.55-11.20				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.20-12.00	10.10-12.00			
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				
Музыкальный досуг	15.40-15.55				
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.55 – 16.25	15.40-16.25			
Чтение художественной литературы	16.25 – 16.40				
Самостоятельная деятельность	16.40-17.00				
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

**Режим дня на холодный период года
во второй младшей группе № 3 «Звездочки» (1 корпус)
(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

**Режим дня на холодный период года
в средней группе № 4 «Капельки» (1 корпус)
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.25				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00	8.50-9.30	8.50 - 9.00		
Занятия	9.00-9.20 9.30-9.50	9.10-9.30/ 9.40-10.00	9.00-9.20	9.00-9.20 9.30-9.50	
Самостоятельная деятельность	9.50-10.00	9.30-10.00	9.20-10.00	9.50-10.00	
Второй завтрак	10.00-10.10				
Занятия		10.10-10.30	10.30-10.50/ 11.00-11.20/ 11.30-11.50/ 12.00-12.20		
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30		10.10-10.30 10.50-12.20	10.10-10.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30-12.20		9.20-10.00	10.30-12.20	
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30				
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 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				
Самостоятельная деятельность	15.40-16.25	15.40-16.05	15.40-16.25		
Музыкальный досуг		16.05-16.25			
Чтение художественной литературы	16.25-16.45				
Самостоятельная деятельность	16.45-17.20			16.45-17.20	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.20 – 19.00		16.45-19.00	17.20 – 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 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в средней группе № 5 «Морские коньки» (1 корпус)
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.25				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00	8.50-9.30	8.50-9.00		
Занятия	9.00-9.20 9.30-9.50	9.30-9.50	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Самостоятельная деятельность	9.50-10.00		9.20-10.00		9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Занятия		10.10-10.30/ 10.40-11.00	10.40-11.00	10.30-10.50/ 11.00-11.20/ 11.30-11.50/ 12.00-12.20	10.10-10.30
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30	10.30-11.00	10.10-10.40	10.10-10.30 10.50-12.20	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30-12.20	11.00-12.20	10.30-12.20	9.20-10.00	10.30-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30				
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 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				
Самостоятельная деятельность	15.40-16.20			15.40-16.20	15.40-16.40
Музыкальный досуг	16.05-16.25				
Чтение художественной литературы	16.25-16.45	16.20-16.40			
Самостоятельная деятельность	16.45-17.20	16.40-16.10	16.40-17.20		16.40-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.20 – 19.00			16.40-19.00	17.20-19.00

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 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в средней группе № 8 «Морские котики» (1 корпус)
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.25				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00		8.50-9.00		
Занятия	9.00-9.20				
Самостоятельная деятельность		9.20-10.00			
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30 10.50-12.20	10.10-10.45	10.30-11.00		
Занятия	10.30-10.50/ 11.00-11.20/ 11.30-11.50/ 12.00-12.20	10.45-11.05	10.10-10.30/ 10.40-11.00	10.0-10.30	
Самостоятельная деятельность		10.30-11.00	10.10-10.30		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.20-10.00	11.00-12.20	10.30-12.20		
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30				
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 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				
Самостоятельная деятельность	15.40-16.20				
Музыкальный досуг				16.20-16.40	
Чтение художественной литературы	16.20-16.40				16.20-16.40
Самостоятельная деятельность		16.40-17.20			
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.40-19.00	17.20 – 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 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 6 «Русалочка» (1 корпус)
(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

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 7 «Дюймовочка» (1 корпус)
(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	9.00 – 9.25 9.35-10.00	9.00-9.25		
Самостоятельная деятельность	9.25-10.00		9.25-10.00		
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.45	10.10-11.10	10.35-11.10	10.10-10.35 10.35-10.45	10.10-10.45
Занятия	10.45-11.10		10.10.-10.35	10.45-11.10	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.10-12.40				
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	
Музыкальный досуг					15.40-16.05
Занятия	15.40-16.05	15.40-16.05/ 16.15-16.40/ 16.50-17.15/ 17.25-17.50	15.40-16.05/ 16.15-16.40	16.15-16.40	
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.05-16.40	16.05-18.40	16.05-16.40		16.05-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00		16.40-17.00		
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00-19.00	18.40-19.00	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 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

Режим дня на холодный период года
в подготовительной к школе группе № 9 «Бригантина» (1 корпус)
(режим работы группы 12 часов)

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство,	7.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50				
Самостоятельная деятельность				8.50-9.30	
Занятия	8.50-9.20 9.30-10.00			8.50-9.20	
Второй завтрак	10.00 – 10.10				
Самостоятельная деятельность		10.10-11.10		10.10-10.40	
Занятия	10.10-10.40			10.40-11.10	
Самостоятельная деятельность	10.40-11.00				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.10-12.40				
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				
Музыкальный досуг				15.40-16.10	
Занятия	15.40-16.10/ 16.20-16.50		15.40-16.10/ 16.20-16.50/ 17.00-17.30/ 17.40-18.10	16.20-16.50	15.40-16.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.50	15.40-16.40	16.10-18.30		16.10-16.40
Чтение художественной литературы	16.50-17.10	16.40-17.10	18.30-19.00	16.50-17.10	16.40-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10 – 19.00			17.10 – 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 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

Режим дня на холодный период года
в подготовительной к школе группе № 10 «Юнги» (1 корпус)
(режим работы группы 12 часов)

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.30				
Занятия	8.50-9.20		8.50 – 9.20 9.30-10.00		
Второй завтрак	10.00 – 10.10				
Игры, самостоятельная деятельность	10.10-10.50			10.10-11.20	
Занятия	10.50-11.20				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.20-12.45				
Подготовка к обеду, обед	12.45 – 13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг			15.40-16.10		
Игры, самостоятельная деятельность					15.40-16.20
Занятия	15.40-16.10	15.40-16.10/ 16.20-16.50		15.40-16.10/ 16.20-16.50/ 17.00-17.30/ 17.40-18.10	16.20-16.50
Игры, самостоятельная деятельность	16.10-16.40	16.10-16.50	16.10-16.40	16.10-18.30	
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.10	16.50-17.10	16.40-17.10	18.30-19.00	16.50-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10-19.00				17.10-19.00

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 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе № 11У «Черепашки» (2 корпус)
(режим работы группы 4 часа)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	8.00 – 8.10				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30				
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00				
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10 (1 п.) 9.10-9.20 (2 п.)			9.00-9.10	
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	9.10-9.40				
Чтение художественной литературы	9.40-9.50				
Совместная деятельность, самостоятельная деятельность	9.50-10.20				
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	10.20-12.00				

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. 4-часовое пребывание детей - 1-о разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	1 час 40 мин. *
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы кратковременного пребывания составляет 4 часа и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям (законным представителям) воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях.

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе № 11В «Черепашки» (2 корпус)
(режим работы группы 4 часа)**

	Режим работы группы (часы)				
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20				
Занятия (по подгруппам)	15.20-15.30		15.20-15.30 (1 п.) 15.40-15.50 (2 п.)		
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	15.30-15.50				
Полдник	15.50-16.00				
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	16.00-16.40				
Чтение художественной литературы	16.40-16.50				
Совместная деятельность, самостоятельная деятельность	16.50-17.20				
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	17.20 – 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. 4-часовое пребывание детей – допускается 1-о разовое с усиленным полдником	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	1 час 40 мин. *
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы кратковременного пребывания составляет 4 час, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям (законным представителям) воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях.

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе № 12 «Пингвинята» (2 корпус)
(режим работы группы 12 часов)**

	(режим работы группы 12 часов)				
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.10				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30				
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00			8.30-9.20	
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10			9.20-9.30	
Самостоятельная деятельность	9.10-9.30				
Второй завтрак	9.30-9.40				
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 – 11.20				
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.45				
Обед	11.45 – 12.00				
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия	15.00 – 15.15				
Полдник	15.15 – 15.25				
Самостоятельная деятельность	15.25-15.40				
Занятия (по подгруппам)	15.40-15.50 (1 п.) 15.50-16.00 (2 п.)				
Самостоятельная деятельность	15.50-16.20				15.50-16.10
Музыкальный досуг					16.10-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.30				
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.40– 18.40				
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	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 – 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	Не менее 3 часов	Соблюдается
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе № 13 «Лягушата» (2 корпус)
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.10				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30				
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00	8.30-9.25			8.30-9.00
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10/ 9.10-9.20	9.20-9.30		9.00-9.10	
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.30			9.10-9.30	
Второй завтрак	9.30-9.40				
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 – 11.20				
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.45				
Обед	11.45 – 12.00				
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия	15.00 – 15.15				
Полдник	15.15 – 15.25				
Самостоятельная деятельность	15.25-15.40				
Занятия (по подгруппам)	15.40-15.50/ 16.00-16.10/ 16.20-16.30/ 16.40-16.50	15.40-15.50 (1 п.) 15.50-16.00 (2 п.)			
Самостоятельная деятельность	15.50-17.30	16.00-16.30		16.00-16.10	16.00-16.30
Музыкальный досуг				16.10-16.20	
Самостоятельная деятельность				16.20-16.30	
Чтение художественной литературы	17.30-17.40	16.30-16.40			
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.40-19.00	16.40– 18.40			
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой		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 – 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	Не менее 3 часов	Соблюдается
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
во второй младшей группе № 17 «Дельфин» (2 корпус)
(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 9.25-9.40	9.00-9.15/ 9.25-9.40/ 9.50-10.05/	9.00-9.15 9.45-10.00	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.15 9.45-10.00
Самостоятельная деятельность	9.40-10.00	9.15-10.00	9.15-9.45	9.40-10.00	9.15-9.45
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30	10.10-10.30	10.10-10.30		
Занятия		10.15-10.30 10.40-10.55			
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30– 12.20	10.55-12.20	10.30 – 12.20		
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг					15.40-15.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 – 16.30			15.40-16.30	15.55-16.30
Чтение художественной литературы	16.30–16.45				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.45 – 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 - 4-х разовое	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

**Режим дня на холодный период года
в средней группе № 16 «Катерок» (2 корпус)
(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	9.00-9.20 9.40-10.00	9.00-9.20	9.00-9.20/ 9.30-9.50/	9.00-9.20 9.40-10.00	
Самостоятельная деятельность	9.20-9.40	9.20-10.00			9.20-9.40
Второй завтрак	10.00-10.10				
Занятия		10.10-10.30	10.10-10.30/ 10.40-11.00 11.10-11.30/ 11.40-12.00		
Самостоятельная деятельность	10.10-10.35	10.30-10.35	10.10-11.40	10.10-10.35	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35 – 12.00				10.35-12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.20				
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг				15.40-16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.40			16.00-16.40	15.40-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00				
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 - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 18 «Капитаны» (2 корпус)
(режим работы группы 10 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00				
Занятия	9.00 – 9.25	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25
Самостоятельная деятельность	9.25-10.00				9.25-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность		10.10-10.50	10.10-10.40	10.10-10.50	
Занятия	10.10-10.35		10.40-11.15		10.10-10.35
Самостоятельная деятельность	10.35-10.50				10.35-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50-12.40		11.15-12.40	10.50-12.40	
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				
Самостоятельная деятельность			15.40-16.15		
Занятия	15.40-16.05		16.15-16.40	15.40-16.05/ 16.15-16.40	15.40-16.05
Музыкальный досуг	16.15-16.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.55	16.05-16.55	16.40-16.55	16.05-16.55	
Чтение художественной литературы	16.55-17.20				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.20-18.00				

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. 10-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	2 часа 5 мин. – 2 часа 30 мин. (*)
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 + / +	25 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы компенсирующей направленности составляет 10 часов, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 19 «Фрегат» (2 корпус)
(режим работы группы 10 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00		8.45-9.20	8.45-9.00	
Занятия	9.00 – 9.25	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.20
Самостоятельная деятельность	9.20-10.00				9.20.10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.15	10.10-12.40	10.10-12.15	10.10-12.40	10.10-12.15
Занятия	12.15-12.40		12.15-12.40		12.15-12.40
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		15.40-16.20		15.40-16.25	
Музыкальный досуг	15.40-16.05				
Самостоятельная деятельность					15.40-16.15
Занятия	16.15-16.40	15.40-16.05/ 16.15-16.40	15.40-16.05		16.15-16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.50	16.05-16.50			16.05-16.50
Чтение художественной литературы	16.50-17.20				
Самостоятельная деятельность		17.20-17.30			
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.20-18.00	17.30-18.00	17.20-18.00		

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. 10-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	2 часа 45 мин. – 3 часа 5 (*)
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

(*) В связи с тем, что режим работы группы компенсирующей направленности составляет 10 часов, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях.

Режим дня на холодный период года
в подготовительной к школе группе № 15 «Крабики» (2 корпус)
(режим работы группы 10 часов)

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35–8.50				
Занятия	8.50–9.20 9.30-10.00		8.50–9.20/ 9.30-10.00	8.50–9.20 9.30-10.00	
Самостоятельная деятельность			9.20-10.00		
Второй завтрак	10.00–10.10				
Занятия	10.10-10.40				
Самостоятельная деятельность			10.40-10.50		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 – 12.45		10.50-12.45	10.40 – 12.45	
Подготовка к обеду, обед	12.45–13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15–15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00–15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25–15.40				
Занятия	15.40-16.10				
Музыкальный досуг			16.20-16.50		
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.30			15.40-16.30	
Чтение художественной литературы	16.30-17.00		16.50-17.00	16.30-17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00–18.00				

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. 10-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	2 часа 55 мин. – 3 час 5 мин. (*)
Сон дневной	2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы компенсирующей направленности составляет 10 часов, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях

Режим дня на холодный период года
в подготовительной к школе группе № 14 «Капитошки» (2 корпус)
(режим работы группы 10 часов)

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00–8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35–8.50				
Занятия	8.50-9.20 9.30-10.00		8.50–9.20	8.50–9.20 9.30-10.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.20-10.00		9.20-10.00		
Второй завтрак	10.00–10.10				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.15				
Занятия	12.15-12.45		11.35-12.05/ 12.15-12.40	12.15-12.45	
Самостоятельная деятельность			12.05-12.45		
Подготовка к обеду, обед	12.45–13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15–15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00-15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг			15.40-16.10		
Занятия	15.40-16.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.30			15.40-16.30	
Чтение художественной литературы	16.30-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00 – 18.00				

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. 10-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + /+
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы компенсирующей направленности составляет 10 часов, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью не менее 3 часов, родителям воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях