



МБОУ «Ломоносовская школа» -
детский сад №20 «Рябиношка»
Утверждаю: _____ / К.А.Штанг /

31.08.2023

Режим дня (3–7 лет)

8.00 – 8.20 (20 мин)	Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность
8.20 – 8.30 (6-10мин) 8.30 – 8.35 (5 мин)	Утренняя гимнастика Самостоятельная деятельность
8.35– 8.55 (20мин)	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.00 (5 мин)	Самостоятельная деятельность
9.00 – 10.05(1ч.05м) 9.00 – 10.30 (1ч.30м) -среда, пятница	Организованная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность
10.05– 10.10 10.30 – 10.35	Второй завтрак (соки или фрукты)
10.10– 12.10 (2ч) 10.35– 12.20 (1ч 45м)	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.10 – 12.30 (20мин) 12.20 – 12.40 (20мин)	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10 (2ч.30м)	Подготовка к сну, дневной сон
15.10 – 15.20 (10 мин)	Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, водные процедуры
15.20 -15.30 (10 мин)	Подготовка к полднику, полдник
15.30– 16.00 (30 мин)	Занятия, развлечения, самостоятельная деятельность
16.00 – 17.00 (1 ч)	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

- 1). п.11.6 Продолжительность прогулок составляет 3-4 ч., проводятся 2 раза в день (1-я пол. дня и 2-я пол. дня);
- 2) п. 11.7 Продолжительность СНА: для детей от 1,5 до 3 лет – не менее 3 часов; для детей с 3 до 7 лет - 2 часа;
- 3). п. 11.8 Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3-4 часов.
- 4). п. 11.9 Продолжительность НОД: для детей от 1,5 до 3 лет не должна превышать 10 мин (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня);
п.11.10 п.11.11 для детей от 3-4 лет не более 15 мин. (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня – 30 мин); для детей от 4 до 5 лет – не более 20 мин (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня – 40 мин); для детей 5-6 лет – не более 25 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; в 1-ю пол. дня макс. объем образ. нагрузки – 45 мин); для детей 6-7 лет – не более 30 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; в 1-ю пол. дня макс. объем образ. нагрузки – 1,5 часа).