

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 245 г. Челябинска»

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического
совета МБДОУ «ДС № 245
г. Челябинска»

«18» 08 2025 года

Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МБДОУ «ДС № 245
г. Челябинска»

/Н.Л. Ахапкина/
Приказ № 172-14 от «19» 08 2025 г.



РЕЖИМ ДНЯ
на 2025 - 2026 учебный год

2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Режим дня организуется в соответствии с нормативными и локальными актами:

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- «Положение о режиме занятий воспитанников МБДОУ»,

- «Правилами внутреннего распорядка воспитанников МБДОУ».

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневная прогулка детей, её продолжительность составляет 3 - 4 часа. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДОУ.

- Дневной сон. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Общая продолжительность суточного сна для детей 3-7 лет, 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры, закаливающие процедуры. Во время сна детей присутствует воспитатель (или младший воспитатель).

- Прием пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак, обед, полдник, ужин). Питание детей организуют в помещении групповой ячейки.

- Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

Режим дня
МБДОУ «Детский сад №245 г. Челябинска»
Холодный период (сентябрь-май)

Режимные моменты	Средняя группа №3 (с 4-5 лет)	Старшая группа с ТНР № 1 (5-6 лет)	Старшая группа с ТНР № 2 (5-6 лет)	Старшая группа №5 (с 5-6 лет)	Подготов. комбиниров. группа с ТНР № 4 (с 6-7 лет)	Подготов. группа с ТНР № 6 (6-7 лет)
Утренний прием, осмотр детей, игры. Самостоят. деятельность по интересам	6.30-7.30	6.30-7.40	6.30-7.50	6.30-8.00	6.30-8.10	6.30-8.20
Утренняя гимнастика	7.30-7.40	7.40-7.50	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Подготовка к завтраку	7.40-8.00	7.50-8.05	8.00-8.10	8.10-8.15	8.20-8.25	8.30-8.35
Завтрак	8.00-8.20	8.05-8.25	8.10-8.30	8.15-8.35	8.25-8.40	8.35-8.50
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	8.20-8.40 (пн.,вт., ср., чт.) 8.20-8.30 (пт.)	8.25-9.10 (пн.,ср., чт.) 8.25-9.00 (вт., пт.)	8.30-9.00	8.35-9.00	8.40-9.00 (пн,вт, ср, чт) 8.40-8.50 (пт.)	8.50-9.00
Занятия	8.40-9.00 9.10-9.30 (пн.,вт., ср., чт.) 8.30-8.50 9.10-9.30 (пт.)	9.10-9.35 9.45-10.10 (пн.,ср., чт.) 9.00-9.25 9.35-10.00(вт.) 9.00-9.25 10.50-11.15 (пт.-улица)	9.00-9.25 11.10-11.35 (пн.-улица) 9.00-9.25 10.15-10.40 (вт.) 9.00-9.25 9.35-10.00 (ср.пт.) 9.00-9.25 10.20-10.45 (чт.)	9.00-9.25 9.35-10.00 (пн,ср,пт) 9.00-9.25 (вт) 10.20-10.45 (вт.-улица) 9.00-9.25 9.45-10.10 (чт)	9.00-9.30 9.40.10.10 10.25-10.55 (пн., ср.) 9.00-9.30 9.40-10.10 (вт,чт) 10.50-11.25 (вт.-улица) 8.50-9.20 9.30-10.00 10.10-10.40 (пт.)	9.00-9.30 9.45-10.15 10.25-10.55 (пн,ср.) 9.00-9.30 9.40-10.10 (вт,чт,пт) 11.25-11.55 (пт. - улица)
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	9.30-10.10	10.10-10.30 (пн.,ср., чт.) 10.00-10.30 (вт.) 9.25-10.30 (ср.) 9.25-10.30(пт.)	9.25-10.45 (пн.) 9.25-10.15 10.40-10.45 (вт.) 9.25-10.20 (чт.) 10.00-10.45 (ср.,пт.)	9.25-10.20 (вт) 10.00-10.45 (пн,ср,пт) 10.10-10.45 (чт)	10.55-11.00 (пн.,ср.) 10.10-10.30 (вт.) 10.10-11.00 (чт.) 10.40-11.00 (пт.)	10.55-11.00 (пн.ср) 10.10-11.00 (вт.чт) 10.10-10.30 (пт.)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.50	10.30-12.00 (пн.,ср., вт.,чт.) 10.30-10.50 11.15-12.00 (пт)	10.45-12.00 (вт,ср,чт,пт.) 10.45-11.10 11.35-12.00 (пн)	10.45-12.10	11.00-12.15 (пн,ср,чт,пт) 10.30-10.55 11.25-12.15 (вт)	11.00-12.10 (пн.-чт.) 10.30-11.25 11.55-12.10 (пт.)
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20	12.00-12.25	12.00-12.25	12.10-12.30	12.15-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.25-15.00	12.25-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.15	15.10-15.40	15.10-15.40 (пн,вт,ср,пт)
Занятия	-	15.20-15.45 (пн, вт.,чт., пт.)	15.20-15.45 (пн,вт,ср,чт)	15.15-15.40 (пн,вт) 15.55-16.20 (ср)	15.55-16.25 (чт)	15.55-16.25 (вт) 15.10-15.40(чт)
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.20-15.40	15.45-16.00	15.45-16.00	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
Самостоятельная и совместная деятельность	15.40-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	15.55-16.30 (пн., вт., чт., пт.) 16.20-16.30 (ср.)	15.55-16.40 (пн,вт,ср, пт.) 16.25-16.40 (чт.)	16.25-16.40 (вт.) 15.55-16.40 (пн,ср,чт,пт)
Подготовка к прогулке Прогулка. Уход домой	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.40-18.30	16.40-18.30

Режим дня
МБДОУ «ДС № 245 г. Челябинска» (СП)
Холодный период (сентябрь-май)

Режимные моменты	Группа раннего возраста №1 (с 1-2 лет)	Первая младшая группа №2 (с 2-3 лет)	Вторая младшая группа №3 (с 3-4 лет)
Утренний прием, осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность по интересам	6.30 - 7.40	6.30 - 7.50	6.30 - 8.00
Утренняя гимнастика.	7.40 – 7.50 (в группе)	7.50 – 8.00	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50 – 8.20	8.00 – 8.30	8.10 - 8.40
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	8.20 – 8.50	8.30 – 9.00	8.40 - 9.00
Игры-занятия	1п.8.50-8.58 2п.9.08-9.16 (пн.-пт.)	-	-
Занятия	-	9.00-9.10 9.20-9.30 (пн.-пт.)	9.00-9.15 9.25-9.40 (пн.-пт.)
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	9.16 - 9.30	9.30-9.40	9.40 -10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.30 - 11.15	9.40-11.20	10.00 - 11.30
Подготовка к обеду, обед.	11.15 - 12.00	11.20-12.00	11.30 - 12.10
Дневной сон	12.00 - 15.00	12.00-15.00	12.10 - 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 - 15.10	15.00-15.10	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.10 - 15.40	15.10-15.40	15.10-15.30
Занятия	15.40 - 15.48 (группа) (пн.-пт.)	-	-
Самостоятельная и совместная деятельность, игры	15.48 – 16.40	15.40-16.40	15.30 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой	16.40 - 18.30	16.40 -18.30	16.40 - 18.30

Режим дня
МБДОУ «Детский сад № 245 г. Челябинска» СП2
Холодный период (сентябрь-май)

Режимные моменты	Смешанная группа раннего возраста № 1 (с 1,5 – 3 лет)	Вторая младшая группа № 2 (с 3-4 лет)	Средняя группа № 6 (с 4-5 лет)	Средняя группа с ТНР № 4 (с 4-5лет)	Подготов.. группа № 3 (с 6-7 лет)	Подготов. группа с ТНР № 5 (6-7 лет)
Утренний прием, осмотр детей, игры. Самостоят. деятельность по интересам	6.30-7.40	6.30-7.50	6.30-8.00	6.30-7.50	6.30-8.20	6.30-8.10
Утренняя гимнастика	7.40-7.50 (в группе)	7.50-8.00 (в группе)	8.00-8.10	7.50-8.00	8.20-8.30	8.10-8.20
Подготовка к завтраку	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.00-8.10	8.30-8.35	8.20-8.25
Завтрак	8.00-8.20	8.10-8.30	8.20-8.40	8.10-8.30	8.35-8.50	8.25-8.40
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	8.20-8.30	8.30-8.50	8.40-9.15	8.30-9.00 (пн,ср,чт,пт) 8.30- 8.45 (вт)	8.50-8.55 (вт) 8.50-9.00 (пн,ср,чт,пт)	8.40-9.00 (пн.-чт.) 8.40-8.55 (пт.)
Занятия	8.30-8.40 (в группе) 9.00-9.10 9.20-9.30 (по п/п)	8.50-9.05 9.15-9.30	9.15-9.35 9.45-10.05	9.00-9.20 9.30-9.50/ 10.00-10.20 (по п/п) – пн. 8.45-9.05 /9.15-9.35(по п/п) 9.45-10.05 - вт. 9.00-9.20 9.45-10.05 (ср, чт, пт)	9.00-9.30 9.45-10.15 10.25-10.55 (пн) 8.55-9.25 9.35-10.05 10.15-10.45 (вт) 9.00-9.30 9.40-10.10 (ср. пт) 9.00-9.30 10.15-10.45 11.00-11.30 (улица) (чт.)	9.00-9.30 9.40-10.10 10.25-10.55 (пн) 9.00-9.30 9.40-10.10 11.35-12.05 (вт - улица) 9.00-9.30 10.15-10.45 (ср) 9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50 (чт) 8.55-9.25 9.35-10.05 10.15-10.45 (пт)
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	8.40-9.00 9.30-10.00	9.30-10.10	10.05-10.30	10.20-10.40 (пн.) 10.05-10.40 (вт,ср,чт,пт)	10.55-11.00 (пн.) 10.45-11.00 (вт.) 10.10-11.00 (ср, пт) 9.30-10.15 (чт)	10.55-11.00 (пн.) 10.10-10.40 (вт) 10.45-11.00 (ср,пт) 10.50-11.00 (чт)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30	10.10-11.40	10.30-11.50	10.40-11.50	11.00-12.10 (пн,вт,ср,пт) 10.45-11.00 11.30-12.10 (чт)	11.00-12.10 (пн,ср,чт,пт.) 10.40-11.35 12.05-12.10 (вт.)
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.40-12.10	11.50-12.20	11.50-12.20	12.10-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.10-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Игры, самостоятельная деятельность по интересам	15.10-15.20	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.35	15.10-15.45	15.10-15.50 (пн,вт,чт,пт) 15.10-15.20 (ср)
Занятия	-	-	-	-	16.00-16.30 (ср)	15.20-15.50 (ср)
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.20-15.50	15.25-15.45	15.25-15.45	15.35-15.45	15.45-16.00	15.50-16.05
Самостоятельная и совместная деятельность, игры	15.50-16.50	15.45-16.50	15.45-16.40	15.45-16.40	16.00-16.40 (пн.вт,чт, пт.) 16.30-16.40 (ср.)	16.05-16.30
Подготовка к прогулке Прогулка. Уход домой	16.50-18.30	16.50-18.30	16.40-18.30	16.40-18.30	16.40-18.30	16.30-18.30