«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБОУ
г.Астрахани «СОШ № 57»
Н.В.Ющко _____
«28» августа 2026 г.

Примерный режим дня в детском саду на холодный период года для детей от 1.5-3 лет

Режим дня в группе детей от 1,5 до 3 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в МБОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН СанПиН 2.3/2.4.4282-26 ; СП 2.4.2.4283-26), условий реализации программы ООП, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБОУ.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Режимные моменты	**Группа раннего развития; 1 младшая группа**
Утренний приём и осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7.00-8.15
Утренняя гимнастика (зарядка)	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.15
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (перерыв между подгруппами 10 мин)	9.30-9.40 9.50-10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.15.
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (перерыв между подгруппами 10 мин)	10.15-10.25 10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка	10.45-11.15
Возвращение с прогулки, игры	11.15-11.25
Подготовка к обеду ,обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.00-12.15
Дневной сон	12.15-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15-15.30
Полдник уплотненный	15.40-15.55
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.55-17.00
Прогулка, уход домой	17.00-19.00

Старшая медицинская сестра С.В.Кожанова _____

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБОУ
г.Астрахани «СОШ № 57»
Н.В.Юшко
«28» августа 2026 г.

Примерный режим дня в детском саду на летний оздоровительный период
для детей от 1.5-3 лет

(РЕЖИМ ДНЯ ГИБКИЙ, ЗАВИСИТ ОТ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЙ РЕГИОНА)

Режимные моменты	**Группа раннего развития; 1 младшая группа**
Утренний приём и осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7.00-8.15
Утренняя гимнастика (зарядка на свежем воздухе)	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам/ летние развлечения	9.00-9.10 9.20- 9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам/ летние развлечения	9.40-9.50 10.00-10.10
Второй завтрак	10.15 – 10.25.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25-11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.15-11.25
Подготовка к обеду ,обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.00-12.15
Дневной сон	12.15-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15-15.30
Полдник уплотненный	15.40-15.55
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.55-17.00
Прогулка, уход домой	17.00-19.00

Старшая медицинская сестра С.В.Кожанова

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБОУ
г.Астрахани «СОШ № 57»
Н.В.Юшко
«28» августа 2026 г.

Примерный режим дня в детском саду на теплый период года для детей от 3 до 7 лет

Режим дня рассчитан на 12-часовое пребывание детей в МБОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.4282-26 ; СП 2.4.2.4283-26 условий реализации программы ООП, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБОУ. Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

(РЕЖИМ ДНЯ ГИБКИЙ, ЗАВИСИТ ОТ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЙ РЕГИОНА)

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний приём и осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7.00-8.00			
Утренняя гимнастика (зарядка)	8.15-8.15			
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-9.00			
Подготовка к занятиям	9.00-9.30			
Занятия / летние развлечения	9.00-9.30			
Второй завтрак	10.00-10.15			
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, водные процедуры (возможны занятия на прогулке)	9.30-12.00			
Обед	12.00-13.00			
Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон, постепенный подъем, гимнастика после сна (2,5 часа, ФОП ДО стр 222)	13.00-15.30			
Полдник уплотненный	15.30-16.00			
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00-17.00			
Прогулка, уход домой	17.00-19.00			

Старшая медицинская сестра С.В.Кожанова

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБОУ
г.Астрахани «СОШ № 57»
Н.В.Юшко
«28» августа 2026 г.

Примерный режим дня в детском саду на холодный период года для детей от 3 до 7 лет

Режим дня рассчитан на 12-часовое пребывание детей в МБОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН СанПиН 2.3/2.4.4282-26 ; СП 2.4.2.4283-26 условий реализации программы ООП, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБОУ. Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний приём и осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	7.00-8.15			
Утренняя гимнастика (зарядка)	8.15-8.25	8.15-8.30	8.15-8.30	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-9.00	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Подготовка к занятиям	9.00-9.15	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия- 2 мин, перерыв между подгруппами 10 мин)	9.15-9.30 –I 9.30-9.45-II (1зан по под,1 зан фронт)	9.00-10.20 9.30-9.50	9.00-10.20 9.30-9.50	9.00-10.20 9.30-9.50
Второй завтрак	10.00-10.15			
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-12.00	9.50-12.00	10.00-12.00	9.30-12.00
Обед	12.00-13.00			
Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон, постепенный подъем, гимнастика после сна (2,5 часа, ФОП ДО стр 222)	13.00-15.30			
Полдник уплотненный	15.30-16.00			
Занятия(включая гимнастику в процессе занятия- 2 мин)	-	-	16.00-16.25	16.00-16.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, другое)	16.00-17.00	16.00-17.00	16.25-17.00	16.30-17.00
Прогулка, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Старшая медицинская сестра С.В.Кожанова