



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ДЧОУ «Милт-Плюс»

Т.К. Миловидова

Приказ № 5.11 от «28» августа 2023 г.

**Примерный режим и распорядок дня на 2023-2024 учебный год  
для детей группы раннего возраста**

| <b>Виды деятельности</b>  | <b>Время проведения</b>        |
|---|--------------------------------|
| Утренний приём. Самостоятельная деятельность детей.   | 07:00 – 08:10                  |
| Утренняя гимнастика   | 08:10 – 08:20                  |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 08:20 – 08:45                  |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятию  | 08:45 – 09:00                  |
| Непрерывная образовательная деятельность /по подгруппам/ (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 09:00 – 09:10<br>09:20 – 09:30 |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы.   | 09:30 – 10:00                  |
| Второй завтрак  | 10:00 – 10:10                  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки  | 10:10 – 11:45                  |
| Подготовка к обеду, обед  | 11:45 – 12:20                  |
| Подготовка ко сну, дневной сон  | 12:20 – 15:20                  |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику  | 15:20 – 15:30                  |
| Полдник   | 15:30 – 15:50                  |
| Непрерывная образовательная деятельность /по подгруппам/ (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 15:50 – 16:00<br>16:10 – 16:20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке  | 16:20 – 17:40                  |
| Совместная и самостоятельная деятельность детей.<br>Уход детей домой  | 17:40 – 18:00                  |

#### Примечания:

Режим дня составлен для детей от 2 до 3 лет для 11-часового пребывания детей в группах ДОУ.

Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

#### *Продолжительность занятий*

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей 2-3 лет не более 20 минут.

Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

#### *Совместная и самостоятельная образовательная деятельность*

Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы реализуются как в специально отведённое время, так и в процессе организации режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями.

#### *Тёплый и холодный периоды года*

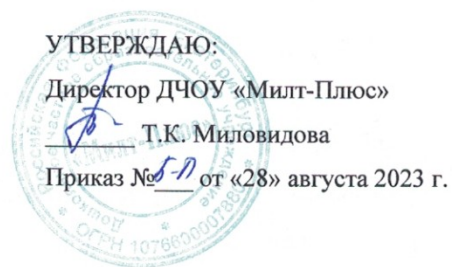
Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. В тёплый период года занятия в случае благоприятных природных условий осуществляется во время прогулки, увеличивая её продолжительность.

В холодный период года, в случае неблагоприятных погодных условий (в соответствии с требованиями СанПиН) длительность прогулки сокращается или заменяется на другие виды деятельности в группе. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

#### *Адаптационный период*

В адаптационный период родители могут приводить детей на 1 - 2 часа с последующим увеличением продолжительности пребывания детей в группе.

В адаптационный период педагогами проводятся адаптационные игры и гимнастики, игры на формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю и т.д.



**Примерный режим и распорядок дня на 2023-2024 учебный год  
для детей младшей группы от 3 до 4 лет**

| <b>Виды деятельности</b>   | <b>Время проведения</b> |
|--|-------------------------|
| Утренний приём. Самостоятельная деятельность детей.  | 07:00 – 08:10           |
| Утренняя гимнастика.   | 08:10 – 08:20           |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 08:20 – 08:45           |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям  | 08:45 – 09:00           |
| Непрерывная образовательная деятельность <i>(включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</i> | 09:00 – 09:45           |
| Самостоятельная деятельность детей   | 09:45 – 10:10           |
| Второй завтрак   | 10:10 – 10:20           |
| Подготовка к прогулке, прогулка, <i>совместная</i> и самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки                          | 10:20 – 11:55           |
| Подготовка к обеду, обед   | 11:55 – 12:20           |
| Подготовка ко сну, дневной сон   | 12:20 – 15:20           |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику   | 15:20 – 15:30           |
| Полдник  | 15:30 – 15:50           |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы.  | 15:50 – 16:30           |
| Подготовка к прогулке, прогулка, <i>совместная</i> и самостоятельная деятельность на прогулке  | 16:30 – 17:40           |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы, на прогулке. Уход детей домой            | 17:40 – 18:00           |

Примечания:

Режим дня для детей от 3 до 4 лет составлен для 11-часового пребывания детей в группах ДОО. Допускается внесение изменений с учётом специфики деятельности (особенности погодных условий, длительности светлого времени суток и т.д.)

*Занятия*

Максимально допустимый объем занятий в первой половине дня в младшей группе 30 минут при продолжительности занятий не более 15 минут. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Продолжительность дневной суммарной нагрузки не меняется, время проведения занятий – согласно утвержденному расписанию.

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

*Совместная и самостоятельная образовательная деятельность*

Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы реализуются как в специально отведённое время, так и в процессе организации режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями.

*Тёплый и холодный периоды года*

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. В тёплый период года в случае благоприятных природных условий занятия проводятся во время прогулки, увеличивая её продолжительность.

В холодный период года, в случае неблагоприятных погодных условий (в соответствии с требованиями СанПиН) длительность прогулки сокращается или заменяется на другие виды деятельности в группе. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ДЧОУ «Милт-Плюс»

Т.К. Миловидова

Приказ № 57 от «28» августа 2023 г.



**Примерный режим и распорядок дня на 2023-2024 учебный год  
для детей средней группы от 4 до 5 лет**

| <b>Виды деятельности</b>  | <b>Время проведения</b> |
|---|-------------------------|
| Утренний приём. Самостоятельная деятельность детей.   | 07:00 – 08:10           |
| Утренняя гимнастика.  | 08:10 – 08:20           |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 08:20 – 08:45           |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям   | 08:45 – 09:00           |
| Непрерывная образовательная деятельность <i>(включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</i>                              | 09:00 – 09:50           |
| Самостоятельная деятельность детей  | 09:50 – 10:30           |
| Второй завтрак  | 10:20 – 10:30           |
| Подготовка к прогулке, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки  | 10:30 – 12:15           |
| Подготовка к обеду, обед  | 12:15 – 12:45           |
| Подготовка ко сну, дневной сон.   | 15:45 – 15:15           |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику  | 15:15 – 15:30           |
| Полдник   | 15:30 – 15:50           |
| Непрерывная образовательная деятельность <i>(при необходимости)</i> / Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы. | 15:50 – 16:30           |
| Подготовка к прогулке, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, прогулка  | 16:30 – 17:45           |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы, на прогулке. Уход детей домой.  | 17:45 – 18:00           |

#### Примечания:

Режим дня составлен для детей от 4 до 5 лет 11-часового пребывания детей в группах ДООУ. Допускается внесение изменений с учётом специфики деятельности (особенности погодных условий, длительности светлого времени суток и т.д.)

#### *Занятия*

Максимально допустимый объем занятий в первой половине дня в группе для детей 4-5 лет 40 минут при продолжительности занятий не более 20 минут. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Продолжительность дневной суммарной нагрузки не меняется, время проведения занятий – согласно утвержденному расписанию.

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

#### *Совместная и самостоятельная образовательная деятельность*

Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы реализуются как в специально отведённое время, так и в процессе организации режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями.

#### *Тёплый и холодный периоды года.*

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. В тёплый период года в случае благоприятных природных условий занятия проводятся во время прогулки, увеличивая её продолжительность.

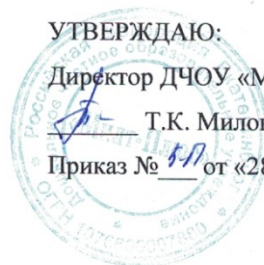
В холодный период года, в случае неблагоприятных погодных условий (в соответствии с требованиями СанПиН) длительность прогулки сокращается или заменяется на другие виды деятельности в группе. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ДЧОУ «Милт-Плюс»

Т.К. Миловидова

Приказ № 4/П от «28» августа 2023 г.



**Примерный режим и распорядок дня на 2023-2024 учебный год  
для детей старшей группы от 5 до 6 лет**

| <b>Виды деятельности</b>  | <b>Время проведения</b> |
|---|-------------------------|
| Утренний приём. Самостоятельная деятельность детей.   | 07:00 – 08:30           |
| Утренняя гимнастика   | 08:15 – 08:25           |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 08:30 – 08:45           |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятию  | 08:45 – 09:00           |
| Непрерывная образовательная деятельность <i>(включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</i>                              | 09:00 – 10:05           |
| Самостоятельная деятельность детей  | 10:05 – 10:30           |
| Второй завтрак  | 10:30 – 10:40           |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки  | 10:40 – 12:20           |
| Подготовка к обеду, обед  | 12:20 – 12:45           |
| Подготовка ко сну, дневной сон  | 12:45 – 15:15           |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику  | 15:15 – 15:30           |
| Полдник   | 15:30 – 15:50           |
| Непрерывная образовательная деятельность <i>(при необходимости)</i> / Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы. | 15:50 – 16:30           |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке  | 16:30 – 17:50           |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы, на прогулке Уход детей домой  | 17:50 – 18:00           |

### **Примечания:**

Режим дня составлен для детей от 5 до 6 лет 11-часового пребывания детей в группах ДООУ. Допускается внесение изменений с учётом специфики деятельности (особенности погодных условий, длительности светлого времени суток и т.д.)

#### *Занятия.*

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в группе для детей 5-6 лет 45 минут при продолжительности занятия не более 25 минут. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Продолжительность дневной суммарной нагрузки не меняется, время проведения занятий – согласно утвержденному расписанию.

Образовательная деятельность с детьми 5-6 лет может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 минут в день. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

#### *Совместная и самостоятельная образовательная деятельность.*

Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы реализуются как в специально отведённое время, так и в процессе организации режимных моментов, прогулки, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями.

#### *Тёплый и холодный периоды года.*

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. В тёплый период года непосредственно образовательная деятельность в случае благоприятных природных условий осуществляется во время прогулки, увеличивая её продолжительность.

В холодный период года, в случае неблагоприятных погодных условий (в соответствии с требованиями СанПиН) длительность прогулки сокращается или заменяется на другие виды деятельности в группе. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.





УТВЕРЖДАЮ:

Директор ДЧОУ «Милт-Плюс»

Т.К. Миловидова

Приказ № 51 от «28» августа 2023 г.

**Примерный режим и распорядок дня на 2023-2024 учебный год  
для детей подготовительной к школе группе от 6 до 7 лет**

| Виды деятельности   | Время проведения |
|---|------------------|
| Утренний приём. Самостоятельная деятельность детей.   | 07:00 – 08:30    |
| Утренняя гимнастика   | 08:15 – 08:25    |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 08:30 – 08:45    |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям   | 08:45 – 09:00    |
| Непрерывная образовательная деятельность (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)                             | 09:00 – 10:00    |
| Самостоятельная деятельность детей  | 10:00 – 10:30    |
| Второй завтрак  | 10:30 – 10:40    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки  | 10:40 – 12:20    |
| Подготовка к обеду, обед  | 12:20 – 12:45    |
| Подготовка ко сну, дневной сон  | 12:45 – 15:15    |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику  | 15:15 – 15:30    |
| Полдник   | 15:30 – 15:50    |
| Непрерывная образовательная деятельность (при необходимости)/ Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы. | 15:50 – 16:30    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки  | 16:30 – 17:50    |
| Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы, на прогулке.<br>Уход детей домой                              | 17:50 – 18:00    |

### Примечания:

Режим дня составлен для детей от 6 до 7 лет 11-часового пребывания детей в группах ДОУ. Допускается внесение изменений с учётом специфики деятельности (особенности погодных условий, длительности светлого времени суток и т.д.)

#### *Занятия.*

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в группе для детей 6-7 лет 1,5 часа при продолжительности образовательной деятельности не более 30 минут. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Продолжительность дневной суммарной нагрузки не меняется, время проведения занятий – согласно утвержденному расписанию.

Образовательная деятельность с детьми 6-7 лет может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 30 минут в день. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

#### *Совместная и самостоятельная образовательная деятельность.*

Совместная и самостоятельная образовательная деятельность в групповых и индивидуальных формах работы реализуются как в специально отведённое время, так и в процессе организации режимных моментов, прогулки, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями.

#### *Тёплый и холодный периоды года.*

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. В тёплый период года в случае благоприятных природных условий занятия проводятся во время прогулки, увеличивая её продолжительность.

В холодный период года, в случае неблагоприятных погодных условий (в соответствии с требованиями СанПиН) длительность прогулки сокращается или заменяется на другие виды деятельности в группе. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.