

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим советом  
Детского сада № 248 ОАО «РЖД»  
(протокол от 30.08.2023 № 1)

**УТВЕРЖДЕНО**

ПРИКАЗОМ №151/1 от 31.08.2023г.

**Режим дня группы полного дня для детей от 1,5 года до 3 лет**

Режим дня в группе детей от 1,5 до 3 лет рассчитан на 10.5-часовое пребывание детей в Детском саду №248 ОАО «РЖД» и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период года</b>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак. Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 - 9.30
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9.30 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9.50 - 10.00
Активное бодрствование детей (физкультурные минутки)	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 11.40
Самостоятельная деятельность детей	11.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое). Уход детей домой	16.30 - 18.00
<b>Теплый период года</b>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.30 - 8.20

Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак. Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 - 9.30
Образовательная нагрузка во время прогулки	9.30 - 9.40
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9.50 - 10.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.00 - 10.20
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки	10.20 - 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры). Уход детей домой	16.30 – 18.00

### **Режим дня группы полного дня для детей от 3 до 4 лет**

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в Детском саду №248 ОАО «РЖД» и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО. 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. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.15

Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.15 - 9.25
Занятие 2	9.25 - 9.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.40 - 10.00
Самостоятельная деятельность детей	10.00 - 10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры. Самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры). Уход детей домой	16.30 - 18.00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.20
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.20 - 9.35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.35 - 9.45
Занятие 2	9.45 - 10.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.00 - 10.20
Возвращение с прогулки	10.20 - 10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30 - 11.00
Самостоятельная деятельность детей	11.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры. Самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры). Уход детей домой	16.30 - 18.00

**Режим дня группы полного дня для детей от 4 до 5 лет**

Режим дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в Детском саду №248 ОАО «РЖД» и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак. Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.20 - 9.30
Занятие 2	9.30 - 9.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.50 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 16.50
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16.50 - 17.10
Продолжение прогулки, уход домой	17.10 - 18.00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак. Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.20
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.20 - 9.40

Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2	9.50 - 10.10
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.10 - 10.30
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10.30 - 11.30
Самостоятельная деятельность детей	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 - 16.10
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	16.10 - 16.30
Продолжение прогулки, уход домой	16.30 - 18.00

### Режим дня группы полного дня для детей от 5 до 6 лет

Режим дня в группе детей 5–6 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в Детском саду №248 ОАО «РЖД» и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО. 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. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.25
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.25 - 9.35
Занятие 2	9.35 - 10.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.00 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.35

Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.35 - 15.05
Занятие 3	15.05 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16.20
Самостоятельная деятельность	16.20 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.40 - 18.00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.20
Образовательная нагрузка во время прогулки	9.25 - 9.50
Занятие 1	
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.50 - 10.00
Занятие 2	10.00 - 10.25
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.25 – 10.45
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10.45 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.35 - 15.05
Занятие 3	15.05 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 16.50
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16.50 - 17.10
Продолжение прогулки, уход домой	17.10 - 18.00

### **Режим дня группы полного дня для детей от 6 до 7 лет**

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в Детском саду №248 ОАО «РЖД» и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО. 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. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30 - 9.40
Занятие 2	9.40 - 10.10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10.10 - 10.20
Занятие 3	10.20 – 10.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.50 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.40 - 15.10
Активное бодрствование детей (гимнастика после сна)	15.10 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30- 18.00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак Второй завтрак 10.30	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.10
Образовательная нагрузка во время прогулки	9.10 - 9.40
Занятие 1	
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2	9.50 - 10.20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10.20 - 10.30

Занятие 3	10.30 - 11.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	11.00 - 11.20
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	11.20 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.40 - 15.10
Активное бодрствование детей (гимнастика после сна)	15.10 - 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30 - 18.00