

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №119

620016, г. Екатеринбург, ул. Павла Шаманова, 19 тел.: (343)227-94-00
620105, г. Екатеринбург проспект Академика Сахарова, 43 тел.: (343)227-94-03
e-mail: mdou119@eduekb.ru <https://119.tvoysadik.ru/>

ПРИНЯТ:

Решением Педагогического совета
МАДОУ детского сада № 119
«27» августа 2024 г. Протокол № 1

УТВЕРЖДЕН:

Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Г.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня
(холодный период года)
МАДОУ детского сада № 119
на 2024-2025 учебный год
1 корпус**

Екатеринбург, 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Т.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей четвертого года жизни.
младшая группа № 1**

(групповая ячейка № 1)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10– 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 9.50	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
9.55 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.40	Прогулка
11.40 – 11.50	Возвращение с прогулки
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.15	Вечерний круг
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке
16.30 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

Показатели организации режима дня

Продолжительность занятия не более 15 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 30 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН:
Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Т.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей четвертого года жизни.
младшая группа № 2**

(групповая ячейка № 2)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10– 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 9.50	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
9.55 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.40	Прогулка
11.40 – 11.50	Возвращение с прогулки
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну, чтение перед сном Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.15	Вечерний круг
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке
16.30 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

Показатели организации режима дня

Продолжительность занятия не более 15 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 30 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Т.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей пятого года жизни.
средняя группа № 1**

(групповая ячейка № 3)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.10	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
10.10 – 10.20	Подготовка к прогулке
10.20 – 11.50	Прогулка
11.50 – 12.00	Возвращение с прогулки
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.20	Вечерний круг
16.20 – 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

Показатели организации режима дня

Продолжительность занятия не более 20 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 40 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН
Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Т.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей пятого года жизни.
средняя группа № 2**

(групповая ячейка № 5)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.10	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
10.10 – 10.20	Подготовка к прогулке
10.20 – 11.50	Прогулка
11.50 – 12.00	Возвращение с прогулки
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.20	Вечерний круг
16.20 – 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

Показатели организации режима дня

- Продолжительность занятия не более 20 минут.
- Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 40 минут.
- Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.
- Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.
- Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН
Заведующим МАДОУ детского сада № 119
Т.В. Орехова
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей шестого года жизни.
старшая группа № 2**

(групповая ячейка № 8)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.15	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 10.30	Подготовка к прогулке
10.30 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки
12.10 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Занятия (по расписанию), совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.25	Вечерний круг
16.25 – 18.00	Подготовка к прогулке

Показатели организации режима дня

Продолжительность занятия не более 25 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН:

Заведующим МАДОУ детского сада № 119

Т.В. Орехова

Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей седьмого года жизни
подготовительная группа № 1**

(групповая ячейка № 6)

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.40 – 10.50	Подготовка к прогулке
10.50 – 12.10	Прогулка
12.10 – 12.20	Возвращение с прогулки
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну Дневной сон
15.10 – 15.30	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.30– 15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45– 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.30	Вечерний круг
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке

Показатели организации режима дня

Продолжительность занятия не более 30 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 90 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846806

Владелец Орехова Татьяна Владимировна

Действителен с 08.09.2023 по 07.09.2024