

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 24»

Принято:  
на общем собрании работников  
Учреждения  
протокол № 1 от 31.05.2022 г.

Согласовано:  
Председатель первичной  
Профсоюзной организации  
МБДОУ «Детский сад №24»  
Я. И. Князева  
31.05 2022 г.

Утверждено:  
заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 24»  
О.В. Татульян  
Приказ № 0031 от 31.05.2022 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
о режиме дня воспитанников  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 24»

г. Рязань

### **1. Общие положения.**

Настоящее Положение разработано на основании:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.07.2020 N373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Письма Минобразования РФ № 65/23-16 от 14.03.2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН, Постановлениями главного государственного санитарного врача РФ 2.4.3648-20 от 28.09.2020 №28, 1.2.3685-21 от 28.01.2021 №2;
- Уставом ДОУ.

### **2. Режим функционирования ДОУ**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 24» - городской округ город Рязань Рязанской области (далее Учреждение) функционирует в режиме:

- полного дня – 12-тичасового пребывания.

Режим работы учреждения:

- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы: с 7.00 до 19.00;
- выходные: суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

### **3. Режим дня воспитанников.**

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 – 6 часов.

4. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

5. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна и перед уходом детей домой.

6. При организации режима пребывания детей более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон.

7. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 – 12,5 часа, из которых 2,5 (4-7 лет)-3(1-3 года) часа отводится на дневной сон, организуемый в дошкольном учреждении.

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

9. Максимальная продолжительность непосредственную образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет составляет 10 минут, от 3 до 4-х лет составляет 15 минут, для детей от 4-х

до 5-ти лет – 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет – 25 минут, для детей от 6-ти до 7-ми лет – 30 минут. Возможно осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки.

10. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах составляет 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно.

11. В середине времени, отведенного на непосредственную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между непосредственной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

12. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 – 30 минут в день. В середине непосредственной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

13. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первой половине дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.

14. Формами двигательной деятельности детей в Учреждении являются утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5 – 7 лет предусматривается в организованных формах оздоровительно-воспитательная деятельность 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Учреждения.

15. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 мин.,
- в средней группе – 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе – 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 – 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе (при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям).

16. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

17. Режим образовательной деятельности дополнительного образования устанавливается расписанием занятий. ООД проводятся в промежутки между 8.00 до 17.00.

18. При проведении занятий детей с использованием компьютерной техники организация и режим занятий должны соответствовать требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.

19. В случае посещения иных организаций дополнительного образования (кружков, секций, центров и т.д.) во время пребывания ребенком в ДООУ, родитель должен в письменном виде поставить в известность об этом администрацию ДООУ. Администрация вправе отказать в

принятии ребенка после посещения подобных организаций дополнительного образования, если посещения нарушают режим дня и образовательную деятельность группы.

20. Конкретный режим посещения ребенком Учреждения устанавливается договором об образовании, заключаемом между Учреждением и родителями (законными представителями) ребёнка.

21. Конкретный режим дня в холодный период и в летний оздоровительный период для воспитанников ДОО определяется данным Положением и обозначен в Приложении 1.

Приложение 1  
к Положению о режиме дня воспитанников  
МБДОУ «Детский сад № 24»

**Режим дня первая младшая группа  
(теплый период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность детей:	7.00-8.00
Утренняя гимнастика:	8.00-8.05
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку. Завтрак:	8.05-8.40
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.40-9.15
ПРОГУЛКА. Совместная и самостоятельная деятельность детей	9.15-10.00
Возвращение с прогулки. Второй завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА. Самостоятельная деятельность детей. НОД на участке	10.15-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей:	11.30-11.50
Подготовка к обеду. ОБЕД.	11.50-12.40
Подготовка ко сну. СОН.	12.40-15.00
Подъем, гимнастика после сна, Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Самостоятельная и совместная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.30-16.00
Подготовка к ужину. Ужин	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.30-19.00

**Режим дня вторая младшая группа  
(теплый период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.05
Ежедневная утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.05-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка Образовательная деятельность (игры, наблюдения, познавательная деятельность).	8.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Игры, совместная и самостоятельная деятельность,	10.10- 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.00-12.20

Подготовка к обеду, обед.	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник.	15.10-15.25
Самостоятельная, организованная деятельность Чтение художественной литературы.	15.25-16.05
Подготовка к ужину, ужин.	16.05- 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.40-19.00
Игровая и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	

**Режим дня средняя группа  
(теплый период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.05
Ежедневная утренняя гимнастика на свежем воздухе.	8.05-8.10
Возвращение в группу Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная деятельность, игровая, познавательная.	9.00-10.00
Второй завтрак (питьевой режим)	10.00-10.10
Самостоятельная деятельность, двигательная, индивидуальная	10.10-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, обед.	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник.	15.10-15.20
Самостоятельная деятельность, организованная деятельность. Чтение художественной литературы.	15.20-16.10
Подготовка к ужину, ужин.	16.10-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая и самостоятельная деятельность, уход детей домой.	16.50-19.00

**Режим дня старшая группа  
(теплый период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.15
Ежедневная утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная, познавательная деятельность (наблюдения, игры)	9.00-10.00
Второй завтрак (питьевой режим)	10.00-10.10
Самостоятельная деятельность, игровая деятельность.	10.10-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед.	12.25-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.55-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник.	15.10-15.20
Организованная деятельность (в разных видах детской деятельности).	15.20-16.15

Чтение художественной литературы.	
Подготовка к ужину, ужин.	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00-19.00
Игровая и самостоятельная деятельность, уход детей домой.	

**Режим дня подготовительная к школе группа  
(теплый период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.20
Ежедневная утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.20.-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Образовательная деятельность, игровая деятельность.	9.00-10.00
Второй завтрак (питьевой режим)	10.00-10.10
Самостоятельная, двигательная, индивидуальная деятельность	10.10.-12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед.	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник.	15.10-15.20
Самостоятельная и организованная деятельность. Чтение художественной литературы.	15.20-16.20
Подготовка к ужину, ужин.	16.20-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая и самостоятельная деятельность, уход детей домой.	16.50-19.00

**Режим дня первой младшей группы  
(холодный период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Приём детей. Самостоятельная деятельность.	<b>7.00 - 8.00</b>
Ежедневная утренняя гимнастика.	<b>8.00-8.05</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак.	<b>8.05 - 8.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>8.40 - 9.00</b>
Образовательная деятельность.	<b>9.00-9.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>9.40 – 10.00</b>
Второй завтрак.	<b>10.00-10.10</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка	<b>10.10 - 11.30</b>
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	<b>11.30 - 11.50</b>
Подготовка к обеду. Обед.	<b>11.50 - 12.30</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	<b>12.30 - 15.00</b>
Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Самостоятельная деятельность.	<b>15.00 - 15.10</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.10 - 15.20</b>
Ежедневное чтение художественной литературы. Самостоятельная деятельность, игры.	<b>15.20 – 16.00</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	<b>16.00 - 16.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>16.40 - 19.00</b>

**Режим дня второй младшей группы  
(Холодный период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Приём детей. Игры, самостоятельная деятельность. Ежедневная утренняя гимнастика.	<b>7.00 – 8.10</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак.	<b>8.10 - 8.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>8.40 - 9.00</b>
Образовательная деятельность.	<b>9.00 – 9.45</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>9.45 – 10.00</b>
Второй завтрак.	<b>10.00.10.10</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка	<b>10.10 - 11.40</b>
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	<b>11.40 – 12.00</b>
Подготовка к обеду. Обед.	<b>12.00 - 12.40</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	<b>12.40 – 15.00</b>
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры.	<b>15.00 - 15.10</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.10 - 15.20</b>
Ежедневное чтение художественной литературы. Игры, самостоятельная деятельность.	<b>15.20 – 16.05</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	<b>16.05– 16.35</b>
Игры, самостоятельная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>16.35 - 19.00</b>

**Режим дня средней группы  
(холодный период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Приём детей. Игры, самостоятельная деятельность. Ежедневная утренняя гимнастика.	<b>7.00 – 8.15</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак.	<b>8.15 - 8.45</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>8.45 – 9.00</b>
Образовательная деятельность.	<b>9.00 – 10.00</b>
Второй завтрак.	<b>10.00 – 10.10</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка	<b>10.20 - 11.50</b>
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	<b>11.50 – 12.10</b>
Подготовка к обеду. Обед.	<b>12.10 - 12.50</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	<b>12.50 – 15.00</b>
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры.	<b>15.00 - 15.10</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.10 - 15.20</b>
Ежедневное чтение художественной литературы. Игры, самостоятельная деятельность.	<b>15.20 – 15.35</b> <b>15.35 - 16.10</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	<b>16.10 – 16.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>16.40 - 19.00</b>

**Режим дня старшей группы  
(холодный период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Приём детей. Игры, труд, самостоятельная деятельность. Ежедневная утренняя гимнастика.	<b>7.00 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак.	<b>8.20 - 8.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>8.50 – 9.00</b>
Непосредственно образовательная деятельность. Второй завтрак.	<b>9.00 – 10.35</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка	<b>10.35 - 12.00</b>

Возвращение с прогулки. Игры.	<b>12.00- 12.20</b>
Подготовка к обеду. Обед.	<b>12.20 - 13.00</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	<b>13.00 – 15.00</b>
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры.	<b>15.00 - 15.10</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.10 - 15.20</b>
Ежедневное чтение художественной литературы.	<b>15.20 – 15.35</b>
Образовательная деятельность. Игры, самостоятельная деятельность.	<b>15.35 - 16.20</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	<b>16.20 – 16.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>16.50 - 19.00</b>

**Режим дня подготовительной к школе группы  
(холодный период года)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Приём детей. Игры, труд, самостоятельная деятельность. Ежедневная утренняя гимнастика.	<b>7.00 – 8.30</b>
Подготовка к завтраку. Завтрак.	<b>8.30 - 8.55</b>
Игры, самостоятельная деятельность.	<b>8.55 - 9.00</b>
Образовательная деятельность. Второй завтрак.	<b>9.00 – 10.50</b>
Подготовка к прогулке. Прогулка	<b>10.50 - 12.20</b>
Возвращение с прогулки. Игры.	<b>12.20 - 12.30</b>
Подготовка к обеду. Обед.	<b>12.30 - 13.10</b>
Подготовка ко сну. Дневной сон	<b>13.10 – 15.00</b>
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры.	<b>15.00 - 15.10</b>
Подготовка к полднику. Полдник.	<b>15.10 - 15.20</b>
Ежедневное чтение художественной литературы.	<b>15.20 – 15.35</b>
Образовательная деятельность. Игры, самостоятельная деятельность.	<b>15.35 - 16.25</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	<b>16.25 – 17.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность. Совместная деятельность педагога с детьми. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	<b>17.00 - 19.00</b>