

директор МБОУ ЦО № 42

приказ от



Утверждаю:

Е.Н. Кубанова

2023 № 164-09

Режим дня МБОУ ЦО № 42
(ул. Станиславского, 12 А)
на тёплый период 2023 -2024 учебного года
Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);

- СанПиН 1.2.3685-21:

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут.
- продолжительность дневного сна для детей от 1 до 3-х лет составляет не менее 3-х часов;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день.

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность детей	07.00 – 08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке,	09.00 – 09.30
Прогулка – игры, совместная со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	09.30 – 10.30
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	11.00 – 11.50
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	11.50 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Длительность дневного сна	3 часа
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.30 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.45 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина, подготовка к прогулке	16.00 - 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	1 ч. 50 мин.+ 2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	5 ч. 50 мин.

директор МБОУ ЦО № 42

Утверждаю:
Е.Н. Кубанова
приказ от 3.08.2023 № 164-00



Режим дня МБОУ ЦО № 42
(ул. Станиславского, 12 А)
на тёплый период 2023 -2024 учебного года
Вторая младшая группа (3-4 года)

В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, , уплотненный полдник с включением блюд ужина);
- СанПиН 1.2.3685-21 от 28 января 2021 года N 2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с;
- продолжительность дневного сна для детей для детей от 3-х до 7-ми лет – не менее 2,5 часов.

Режимные моменты	Время проведения
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность на свежем воздухе, подготовка к завтраку	07.00 – 08.30
Завтрак	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	09.00 - 09.15
Прогулка – игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	09.30 – 10.30
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	12.00 - 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Длительность дневного сна	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина, подготовка к прогулке	16.00 – 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей , уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	2 часа + 2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	6 ч.

Утверждаю:
директор МБОУ ЦО № 42 / Е. Н. Кубанова
приказ от 31.08.2023 № 164-09

Режим дня МБОУ ЦО № 42
(ул. Станиславского, 12 а)
на тёплый период 2023 -2024 учебного года
Средняя группа (4-5 лет)



В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);

- СанПиН 1.2.3685-21 от 28 января 2021 года N 2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с;
- продолжительность дневного сна для детей для детей от 3-х до 7-ми лет – не менее 2,5 часов.

Режимные моменты	Время проведения
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность на свежем воздухе, подготовка к завтраку	07.00 – 08.30
Завтрак	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	09.00 - 09.15
Прогулка – игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	09.30 – 10.30
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	12.00 - 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Длительность дневного сна	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина , подготовка к прогулке	16.00 – 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	2 часа + 2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	6 ч.

директор МБОУ ЦО № 42 (ул. Станиславского, 12а) Утверждаю:
Е.Н. Кубанова
приказ от 21.08.2023 № 166-09

**Режим дня МБОУ ЦО № 42 (ул. Станиславского, 12а)
на тёплый период 2023 -2024 учебного года.
Старшая группа А (5-6 лет)**



В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);

- СанПиН 1.2.3685-21 от 28 января 2021 года N 2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с;
- продолжительность дневного сна для детей от 3-х до 7 лет – не менее 2,5 часов.

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность на свежем воздухе, подготовка к завтраку	07.00 – 08.30
Завтрак	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	09.00 - 09.15
Прогулка – игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	09.30 – 10.30
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	12.00 - 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Длительность дневного сна	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина , подготовка к прогулке	16.00 – 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	2 часа + 2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	6 ч.



**Режим дня МБОУ ЦО № 42 (ул. Станиславского, 12а)
 на тёплый период 2023 -2024 учебного года**

Старшая группа Б (5-6 лет)

В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);

- СанПиН 1.2.3685-21 от 28 января 2021 года № 2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха ниже -15⁰С и скорости ветра более 7 м/с;
- продолжительность дневного сна для детей от 3-х до 7 лет – не менее 2,5 часов.

Режимные моменты	Время проведения
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность на свежем воздухе, подготовка к завтраку	07.00 – 08.30
Завтрак	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	09.00 - 09.15
Прогулка – игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	09.30 – 10.30
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	11.00 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	12.00 - 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Длительность дневного сна	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина , подготовка к прогулке	16.00 – 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей , уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	2 часа+2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	6 ч.

директор МБОУ ЦО № 42

приказ от 30.08.2023 № 164-08

Утверждаю:

Е. Н. Кубанова

2023 № 164-08

**Режим дня МБОУ ЦО № 42 (ул. Станиславского, 12а)
на тёплый период 2023 -2024 уч. г.
подготовительная к школе группа (6-7 лет)**



В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);
- СанПиН 1.2.3685-21 от 28 января 2021 года N 2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с;
- продолжительность дневного сна для детей от 3-х до 7 лет – не менее 2,5 часов.

Режимные моменты	Время проведения
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность на свежем воздухе, подготовка к завтраку	07.00 – 08.30
Завтрак	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	09.00 - 09.15
Прогулка – игры, организованная совместно со взрослым	09.30 – 10.30
деятельность, самостоятельная деятельность детей	
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30 – 11.00
Прогулка - игры, организованная совместно со взрослым	11.00 – 12.00
деятельность, самостоятельная деятельность детей	
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	12.00 - 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
Длительность дневного сна	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина, подготовка к прогулке	16.00 – 16.30
Прогулка – игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.30 – 19.00
Общая продолжительность прогулки	2 часа + 2 ч. 30 мин.
Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе	6 ч.

Прошито, пронумеровано
и скреплено печатью

6

шесть листов

Директор МБОУ ЦО № 42

Е.Н. Кубанова