

Утверждаю
 Директор МОУ Кавская НОШ



Ю.С. Васильева
 Режим дня для разных возрастных групп МОУ, с 10,5 часовым пребыванием детей –
 (Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21)
 на 2024-2025 учебный год

| Режимные мероприятия | Содержание работы | Возрастные группы МОУ | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|--|---|
| | | Ранний возраст | 2-3 года | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
| Прием детей | - Осмотр детей, термометрия; - Игры детей; - Утренний круг | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁵ (40 мин) |
| Утренняя гимнастика (двигательная деятельность) | Общеразвивающие упражнения, основные упражнения, подвижные игры | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) с января | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁵ (12 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²² -8 ³⁰ (08 мин) |
| Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) |
| Образовательная нагрузка | НОД №1 | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ 9 10-9 20 по подгруппам (по 10 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин) |
| Перерыв между НОД (двигательная деятельность) | Физкультурные минутки, двигательная активность детей | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) | 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) | 9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин) | 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) | 9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин) | 9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин) |
| Образовательная нагрузка | НОД №2 | | 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) | 9 ²⁵ -9 ⁴⁰ (15 мин) | 9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин) | 9 ³⁵ -10 ⁰⁰ (25 мин) | 9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (30 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 9 ²⁰ -9 ³⁵ (15 мин) | 9 ³⁰ -9 ⁴⁵ (15 мин) | 9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (10 мин) | 9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин) | 10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин) | 10 ⁰⁵ -10 ¹⁵ (10 мин) |
| 2-ой ЗАВТРАК | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 9 ³⁵ -9 ⁵⁵ (20 мин) | 9 ⁴⁵ -10 ⁰⁵ (20 мин) | 9 ⁵⁰ -10 ¹⁰ (20 мин) | 10 ⁰⁰ -10 ¹⁵ (15 мин) | 10 ¹⁰ -10 ²⁵ (15 мин) | 10 ¹⁵ -10 ²⁵ (10 мин) |
| Подготовка к прогулке | - Поход в туалет, переодевание | 09 ⁵⁵ -10 ¹⁰ (15 мин) | 10 ⁰⁵ -10 ²⁰ (15 мин) | 10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин) | 10 ¹⁵ -10 ²⁵ (10 мин) | 10 ²⁵ -10 ³⁵ (10 мин) | 10 ³⁰ -10 ⁴⁰ (10 мин) |
| ПРОГУЛКА | - Наблюдение, трудовая деятельность, с/ролевые | 10 ¹⁰ -11 ²⁵ 1ч 10 мин | 10 ²⁰ -11 ³⁰ | 10 ²⁰ -11 ⁴⁵ | 10 ²⁵ -11 ⁵⁰ 1ч 25 мин | 10 ³⁵ -12 ⁰⁰ | 10 ⁴⁰ -12 ⁰⁵ 1ч 25 мин |

**Режим дня для разных возрастных групп МОУ, с 10,5 часовым пребыванием детей –
(Режим выстроен в соответствии с требованиями [СанПиН 1.2.3685-21](#))
на 2024-2025 учебный год**

| Режимные мероприятия | Содержание работы | Возрастные группы МОУ | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|--|
| | | Ранний возраст | 2-3 года | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
| Прием детей | - Осмотр детей, термометрия; - Игры детей; - Утренний круг | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) | 7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин) |
| Утренняя гимнастика (двигательная деятельность) | Общеразвивающие упражнения, основные упражнения, подвижные игры | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) с января | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин) | 8 ¹⁰ -8 ²² (12 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин) | 8 ²² -8 ³⁰ (08 мин) |
| Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) | 8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин) | 8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин.) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) | 8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин) |
| Образовательная нагрузка | НОД №1 | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ 9.10-9.20 по подгруппам (по 10 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин.) | 9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин) | 9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин) |
| Перерыв между НОД (двигательная деятельность) | Физкультурные минутки, двигательная активность детей | 9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) | 9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин) | 9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин) | 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) | 9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин) | 9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин) |
| Образовательная нагрузка | НОД №2 | - | 9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин) | 9 ²⁵ -9 ⁴⁰ (15 мин) | 9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин) | 9 ³⁵ -10 ⁰⁰ (25 мин) | 9 ⁴⁰ -10 ¹⁰ (30 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в игровых центрах | 9 ²⁰ -9 ³⁵ (15 мин.) | 9 ³⁰ -9 ⁴⁵ (15 мин) | 9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (10 мин) | 9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин) | 10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин) | 10 ¹⁰ -10 ¹⁵ (5 мин) |
| 2-ой ЗАВТРАК | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 9 ³⁵ -9 ⁵⁵ (20 мин) | 9 ⁴⁵ -10 ⁰⁵ (20 мин) | 9 ⁵⁰ -10 ¹⁰ (20 мин) | 10 ⁰⁰ -10 ¹⁵ (15 мин) | 10 ¹⁰ -10 ²⁵ (15 мин) | 10 ¹⁵ -10 ²⁵ (10 мин) |
| Подготовка к прогулке | - Поход в туалет, переодевание | 09 ⁵⁵ -10 ¹⁰ (15 мин) | 10 ⁰⁵ -10 ²⁰ (15 мин) | 10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин) | 10 ¹⁵ -10 ²⁵ (10 мин) | 10 ²⁵ -10 ³⁵ (10 мин) | 10 ²⁵ -10 ³⁰ (5 мин) |
| ПРОГУЛКА | - Наблюдение, трудовая деятельность, с/ролевые игры, дидактические игры, игры эксперименты. - Возвращение с прогулки: переодевание | 10 ¹⁰ -11 ²⁵ 1 ч 10 мин | 10 ²⁰ -11 ³⁰ 1 ч 10 мин | 10 ²⁰ -11 ⁴⁵ 1 ч 25 мин | 10 ²⁵ -11 ⁵⁰ 1 ч 25 мин | 10 ³⁵ -12 ⁰⁰ 1 ч 25 мин | 10 ³⁰ -12 ⁰⁰ 1 ч 30 мин |
| | Двигательная деятельность на прогулке: | 25 мин | 23 мин | 25 мин. | 23 мин. | 23 мин. | 30 мин. |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | Подвижные игры, бег, прыжки, игры со спортивным инвентарем, индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств | | | | | | |
| Самостоятельная деятельность детей | Отдых, деятельность в центрах природы и экспериментирования | - | - | 11 ⁴⁵ - 12 ⁰⁰ (15 мин) | 11 ⁵⁰ - 12 ⁰⁰ (10 мин) | 12 ⁰⁰ - 12 ¹⁰ (10 мин) | 12 ⁰⁰ -12 ¹⁰ (10 мин) |
| ОБЕД | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 11 ²⁵ -11 ⁴⁵ (20 мин) | 11 ³⁰ - 11 ⁵⁰ (20 мин) | 12 ⁰⁰ - 12 ²⁰ (20 мин) | 12 ⁰⁰ - 12 ²⁰ (20 мин) | 12 ¹⁰ - 12 ²⁵ (15 мин) | 12 ¹⁰ -12 ²⁵ (15 мин) |
| Подготовка ко сну | Поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; | 11 ⁴⁵ -12 ⁰⁰ (15 мин) | 11 ⁵⁰ - 12 ⁰⁰ (10 мин) | 12 ²⁰ - 12 ³⁰ (10 мин) | 12 ²⁰ - 12 ³⁰ (10 мин) | 12 ²⁵ - 12 ³⁰ (5 мин) | 12 ²⁵ -12 ³⁰ (5 мин) |
| СОН | - ДНЕВНОЙ СОН; - Пробуждение: постепенный подъем, переодевание | 12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч.) | 12 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ (3 ч.) | 12 ³⁰ - 15 ⁰⁰ (2 ч 30 мин) | 12 ³⁰ - 15 ⁰⁰ (2 ч 30 мин) | 12 ³⁰ - 15 ⁰⁰ (2 ч 30 мин) | 12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч.30 мин) |
| Самостоятельная деятельность детей | Игры | 15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин) | 15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰ (10 мин) | 15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰ (10 мин) | 15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰ (10 мин) | 15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰ (10 мин) | 15 ⁰⁰ -15 ⁰⁵ (5 мин) |
| Образовательная нагрузка | НОД № 2 / № 3 (во 2-ой половине дня) | 15 ¹⁰ -15 ²⁰ 15 ²⁰ -15 ³⁰ по подгруппам: вторник, четверг (по 10 мин) | - | - | - | 15 ¹⁰ - 15 ³⁵ (25 мин) | 15 ⁰⁵ -15 ³⁵ (30 мин) |
| Двигательная деятельность детей | Игровая деятельность | --- | 15 ¹⁰ - 15 ³⁰ (20 мин) | 15 ¹⁰ - 15 ³⁵ (25 мин) | 15 ¹⁰ - 15 ³⁵ (25 мин) | 15 ³⁵ - 15 ⁴⁰ (5 мин) | 15 ³⁵ -15 ⁴⁰ (5 мин) |
| Подготовка к полднику ПОЛДНИК | - Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи | 15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин) | 15 ³⁰ - 15 ⁵⁰ (20 мин) | 15 ³⁵ - 15 ⁵⁰ (15 мин) | 15 ³⁵ - 15 ⁵⁰ (15 мин) | 15 ⁴⁰ - 15 ⁵⁵ (15 мин) | 15 ⁴⁰ -15 ⁵⁵ (15 мин) |
| Совместная деятельность взрослого и детей | Вечерний круг | - | - | 15 ⁵⁰ - 16 ¹⁵ (25 мин) | 15 ⁵⁰ - 16 ¹⁵ (25 мин) | 15 ⁵⁵ - 16 ²⁰ (25 мин) | 15 ⁵⁵ -16 ²⁵ (30 мин) |
| Подготовка к прогулке | - Поход в туалет, переодевание | 15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин) | 15 ⁵⁰ - 16 ⁰⁰ (10 мин) | 16 ¹⁵ - 16 ²⁵ (10 мин) | 16 ¹⁵ - 16 ²⁵ (10 мин) | 16 ²⁰ - 16 ²⁵ (5 мин) | 16 ²⁵ -16 ³⁰ (5 мин) |
| ПРОГУЛКА Уход домой | - Наблюдение, трудовая деятельность, с/ролевые игры, дидактические игры, игры эксперименты | 16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 ч) | 16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰ (2 ч) | 16 ²⁵ - 18 ⁰⁰ (1 ч. 35) | 16 ²⁵ - 18 ⁰⁰ (1 ч. 35) | 16 ²⁵ - 18 ⁰⁰ (1 ч.35) | 16 ³⁰ -18 ⁰⁰ (1 ч.30) |
| | - Двигательная деятельность на прогулке: Подвижные игры, бег, прыжки, игры со | 45 мин. | 45 мин. | 30 мин. | 27 мин. | 30 мин. | 35 мин. |

| | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|
| | спортивным инвентарем, индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|

**Режим дня для группы раннего возраста (1 год 6 мес. – 2 года)
МОУ Кавская НОШ
с 10,5 часовым пребыванием детей (холодный период года)**

| Режимные мероприятия | 1 год 6 мес. – 2 года |
|--|------------------------------|
| Прием детей, игра | 7.30-8.15 (45 мин) |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15-8.45 (30 мин) |
| Самостоятельная деятельность | 8.45-9.00 (15мин) |
| Подготовка и проведение игры – занятия 1 (по подгруппам) | 9.00-9.10 -9.20 (по 10 мин) |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.20-11.20 (2 ч.) |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.20-11.30 (10 мин) |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 (30мин) |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00-15.00 (3 ч.) |
| Постепенный подъем, Самостоятельная деятельность | 15.00-15.30 (20 мин) |
| Ужин | 15.30-15.50 |
| Подготовка и проведение игры-занятия 2 (по подгруппам) | 15.50-16.00-16.10 |
| Самостоятельная деятельность, игра | 16.10 -16.30 (30 мин) |
| Подготовка к прогулке, прогулка Самостоятельная деятельность, | 16.30-18.00 (1.30ч.) |
| уход домой | 17.00 - 18.00 |

Требования СанПин 1.2.3685-21

- 1).п.11.5 продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводятся 2 раза в день(1-я пол.дня и 2-я пол.дня);
- 2). П.11.7 продолжительность сна : для детей от 1.5 до 3-х лет – не менее 3 час.;

3). П.11.9 продолжительность НОД : для детей от 1.5 до 3-х лет не должна превышать 10 мин (НОд можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. Дня.