

## Продолжительность режимных процессов и режима занятий в детских садах АНО ДО «Планета детства «Лада» (распорядок дня)

| Содержание                                                                                                                                                                                                    | ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА                              |                                                   |                                                                                        |                                                                                        |                                                                                                                 |                                                                                            |                                                                                                                   |                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                               | 1,5 - 2 года                                      | 2-3 года                                          | 3-4 года                                                                               | 4-5 лет                                                                                | 5-6 лет                                                                                                         |                                                                                            | 6-7 лет                                                                                                           |                                                                                            |
| Прием детей, осмотр, игры, беседы, утренняя гимнастика (не менее 10 минут с 3 лет); с 2-3 лет + самостоятельная деятельность                                                                                  | 6.30 - 8.15                                       | 6.30 - 8.15                                       | 6.30 - 8.20                                                                            | 6.30 - 8.20                                                                            | 6.30 - 8.25                                                                                                     |                                                                                            | 6.30 - 8.25                                                                                                       |                                                                                            |
| Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки (КГН), дежурство (4-7), подготовка к занятиям                                                                                                  | 8.15 - 9.00                                       | 8.15 - 9.00                                       | 8.20 - 9.00                                                                            | 8.20 - 9.00                                                                            | 8.25 - 9.00 (8.50)                                                                                              |                                                                                            | 8.25 - 8.50                                                                                                       |                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                               |                                                   |                                                   |                                                                                        |                                                                                        | Варианты режима с 9.00 (8.50) до 12.30                                                                          |                                                                                            | Варианты режима с 8.50 (9.00) до 12.30                                                                            |                                                                                            |
| 1,5-3 г. - занятия по подгруппам + активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)<br>3-7 л. – занятия фронтальные или по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты) | 9.00 - 9.10<br>9.20- 9.30<br><i>по подгруппам</i> | 9.00 - 9.10<br>9.20- 9.30<br><i>по подгруппам</i> | 9.00-9.15<br>9.25-9.40<br><i>по подгруппам</i><br><br>10.00-10.15<br><i>фронтально</i> | 9.00-9.20<br>9.30-9.50<br><i>по подгруппам</i><br><br>10.10-10.30<br><i>фронтально</i> | 9.00(8.50)-9.25(9.15)<br>9.35(9.25)-10.00(9.50)<br><i>по подгруппам</i><br><br>10.20-10.45<br><i>фронтально</i> | 10.40—11.05<br>11.15-11.40<br><i>по подгруппам</i><br><br>11.50-12.15<br><i>фронтально</i> | 8.50(9.00)-9.20(9.30)<br>9.30(9.40)-10.00(10.10)<br><i>по подгруппам</i><br><br>10.20 -10.50<br><i>фронтально</i> | 10.40—11.10<br>11.20-11.50<br><i>по подгруппам</i><br><br>12.00-12.30<br><i>фронтально</i> |
| 1,5-3 г. - активное бодрствование (игры, предметная деятельность и др.), 3-7 л. – игры, <b>культурные практики</b>                                                                                            | 9.30 - 9.45                                       | 9.30 - 9.45                                       | 9.00-9.50<br><i>свободная подгруппа</i>                                                | 9.00-10.00<br><i>свободная подгруппа</i>                                               | 9.00-10.10<br><i>свободная подгруппа</i>                                                                        | 10.40 -11.40<br><i>свободная подгруппа</i>                                                 | 8.50-10.10<br><i>свободная подгруппа</i>                                                                          | 10.40 -11.50<br><i>свободная подгруппа</i>                                                 |
| Второй завтрак, КГН, дежурство (4-7)                                                                                                                                                                          | 9.45 - 10.00                                      | 9.45 - 10.00                                      | 9.50 - 10.00                                                                           | 10.00 - 10.10                                                                          | 10.10 - 10.20                                                                                                   | 10.30-10.40                                                                                | 10.10 - 10.20                                                                                                     | 10.30-10.40                                                                                |
| Подготовка к прогулке, прогулка, <b>культурные практики</b> , возвращение с прогулки.                                                                                                                         | 10.00 - 11.30<br>(1 ч. 30мин.)                    | 10.00 - 11.30<br>(1 ч. 30мин.)                    | 10.15-11.45<br>(1 ч. 30мин.)                                                           | 10.30-12.00<br>(1 ч. 30мин.)                                                           | 10.45-12.15<br>(1 ч. 30мин.)                                                                                    | 9.00-10.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                                | 10.50-12.20<br>(1 ч. 30мин.)                                                                                      | 9.00-10.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                                |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                                                                                                                            | 11.30-12.00                                       | 11.30-12.00                                       | 11.45-12.15                                                                            | 12.00-12.20                                                                            | 12.15-12.30                                                                                                     | 12.15-12.30                                                                                | 12.20-12.30                                                                                                       | 8.50-9.00                                                                                  |
| Подготовка к обеду, обед, КГН, дежурство (4-7)                                                                                                                                                                | 12.00 - 12.30                                     | 12.00-12.30                                       | 12.15-12.45                                                                            | 12.20-12.50                                                                            | 12.30-13.00                                                                                                     |                                                                                            | 12.30-13.00                                                                                                       |                                                                                            |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, гимнастика-побудка, оздоровительные (закаливающие с 3 - лет) и гигиенические процедуры                                                                            | 12.30 - 15.30<br>(3 ч.)                           | 12.30-15.30<br>(3 ч.)                             | 12.45-15.30<br>(2 ч. 45 мин)                                                           | 12.50-15.30<br>(2 ч. 40 мин)                                                           | 13.00-15.30<br>(2 ч. 30 мин)                                                                                    |                                                                                            | 13.00-15.30<br>(2 ч. 30 мин)                                                                                      |                                                                                            |
| Игры и самостоятельность деятельность, <b>культурная практика</b> ; (5-7 лет –занятие фронтально или по подгруппам)                                                                                           | -                                                 | -                                                 | 15.30-16.10                                                                            | 15.30-16.15                                                                            | 15.30-15.50 /16.00-16.20<br><i>по подгруппам</i>                                                                |                                                                                            | 15.30-15.55 / 16.05-16.30<br><i>по подгруппам</i>                                                                 |                                                                                            |
| Полдник, КГН                                                                                                                                                                                                  | 15.30-15.40                                       | 15.30-15.40                                       | -                                                                                      | -                                                                                      | -                                                                                                               |                                                                                            | -                                                                                                                 |                                                                                            |
| Подготовка к уплотненному полднику, полдник. КГН, дежурство (4-7)                                                                                                                                             | -                                                 | -                                                 | 16.10-16.30                                                                            | 16.15-16.35                                                                            | 16.20-16.40                                                                                                     |                                                                                            | 16.30-16.50                                                                                                       |                                                                                            |
| Игры, беседы, самостоятельная деятельность (1,5-3 года – занятие по подгруппам)                                                                                                                               | 15.40 - 16.35<br>(15.40– 15.50<br>16.00 -16.10)   | 15.40 - 16.35<br>(15.40– 15.50<br>16.00 -16.10)   | 16.30 - 17.00                                                                          | 16.35 - 17.00                                                                          | 16.40 - 17.00                                                                                                   |                                                                                            | 16.50 - 17.00                                                                                                     |                                                                                            |
| Подготовка к ужину, ужин, КГН                                                                                                                                                                                 | 16.35-17.00                                       | 16.35-17.00                                       | -                                                                                      | -                                                                                      | -                                                                                                               |                                                                                            | -                                                                                                                 |                                                                                            |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой                                                                                                                                                             | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                    | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                    | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                         | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                         | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                                                  |                                                                                            | 17.00 - 18.30<br>(1 ч. 30мин.)                                                                                    |                                                                                            |

| Для круглосуточных групп                                               |               |               |               |               |                                      |                                      |
|------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму ужину  | 18.30 – 19.20 | 18.30 – 19.20 | 18.30 – 19.30 | 18.30 – 19.40 | 18.20 – 19.50                        | 18.20 – 19.50                        |
| Второй ужин                                                            | 19.20 – 19.50 | 19.20 – 19.50 | 19.30 – 19.50 | 19.40 – 20.00 | 19.50 – 20.10                        | 19.50 – 20.10                        |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры                                | 19.50 – 20.40 | 19.50 – 20.40 | 19.50 – 20.50 | 20.00 – 21.00 | 20.10 – 21.00                        | 20.10 – 21.00                        |
| Укладывание на сон, ночной сон                                         | 20.40 – 7.10  | 20.40 – 7.10  | 20.50 – 7.10  | 21.00 – 7.10  | 21.00 – 7.10                         | 21.00 – 7.10                         |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки (занятия) | 20 мин        | 20 мин        | 30 мин        | 40 мин        | 75 мин (50 мин утром + 25 мин вечер) | 90 мин (60 мин утром + 30 мин вечер) |

Продолжительность 1 занятия: 1,5-3г – не более 10 мин, 3-4 г. – не более 15 мин, 4-5 л.-не более 20 мин, 5-6л.-не более 25 мин, 6-7л – не более 30 мин. Перерыв между занятиями 10 мин

| Содержание                                                                                                                                                                                                    | ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА     |                                                             |                                                               |                                                                  |                                                                 |                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                               | 1,5 - 2 года           | 2-3 года                                                    | 3-4 года                                                      | 4-5 лет                                                          | 5-6 лет                                                         | 6-7 лет                                                          |
|                                                                                                                                                                                                               | Время                  |                                                             |                                                               |                                                                  |                                                                 |                                                                  |
| Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут с 3 лет); с 2-3 лет + самостоятельная деятельность                                                                                          | 6.30 - 8.15            | 6.30 - 8.15                                                 | 6.30 - 8.20                                                   | 6.30 - 8.20                                                      | 6.30 - 8.25                                                     | 6.30 - 8.25                                                      |
| Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к занятиям                                                                                                                                                         | 8.15 - 9.00            | 8.15 - 9.00                                                 | 8.20 - 9.00                                                   | 8.20 - 9.00                                                      | 8.25 - 9.00                                                     | 8.25 - 9.00                                                      |
| 1,5-3 г. - занятия по подгруппам + активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)<br>3-7 л. – занятия фронтальные или по подгруппам (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты) | 9.10-9.20<br>9.30-9.40 | 9.30-9.40,<br>10.00-10.10<br>(по подгруппам или фронтально) | 9.20-12.00 (в любой промежуток времени 1-2 занятия по 15 мин) | 9.15-12.00<br>(в любой промежуток времени 1-2 занятия по 20 мин) | 9.15-12.00<br>(в любой промежуток времени 1-3занятия по 25 мин) | 9.15-12.00<br>(в любой промежуток времени 1-3 занятия по 30 мин) |
| 1,5-3 г. - активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое),<br>3-7 л. – игры, культурные практики                                                                                       |                        | 9.00 - 9.30                                                 | 9.00-9.20                                                     | 9.00-9.15                                                        | 9.00-9.15                                                       | -                                                                |
| Второй завтрак                                                                                                                                                                                                | 9.45 - 10.00           | 9.45 - 10.00                                                | 9.50 - 10.00                                                  | 10.00 - 10.10                                                    | 10.10 - 10.20                                                   | 10.10 - 10.20                                                    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.                                                                                                                                                      | 9.00-11.30             | 9.30 – 11.30                                                | 9.20-12.00                                                    | 9.15-12.00                                                       | 9.15-12.00                                                      | 9.15-12.00                                                       |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                                                                                                                            | 11.30-12.00            | 11.30-12.00                                                 | 12.00-12.15                                                   | 12.00-12.20                                                      | 12.00-12.30                                                     | 12.00-12.30                                                      |
| Подготовка к обеду. Обед                                                                                                                                                                                      | 12.00 - 12.30          | 12.00-12.30                                                 | 12.15-12.45                                                   | 12.20-12.50                                                      | 12.30-13.00                                                     | 12.30-13.00                                                      |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные (закаливающие с 3 - лет) и гигиенические процедуры                                                                                                | 12.30 - 15.30          | 12.30-15.30                                                 | 13.00-15.30                                                   | 13.00-15.30                                                      | 13.00-15.30                                                     | 13.00-15.30                                                      |
| Игры и самостоятельность деятельность, культурная практика; (5-7 лет – занятие фронтально или по подгруппам)                                                                                                  | -                      | -                                                           | 15.30-16.10                                                   | 15.30-16.15                                                      | 15.30-16.40                                                     | 15.30-16.30                                                      |
| Полдник                                                                                                                                                                                                       | 15.30-15.40            | 15.30-15.40                                                 | -                                                             | -                                                                | -                                                               | -                                                                |
| Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник.                                                                                                                                                      | -                      | -                                                           | 16.10-16.30                                                   | 16.15-16.35                                                      | 16.20-16.40                                                     | 16.30-16.50                                                      |
| Игры, самостоятельная деятельность (1.5-3 года – занятие по подгруппам)                                                                                                                                       | 15.40-16.35            | 15.40-16.35                                                 | 16.30 - 17.00                                                 | 16.35 - 17.00                                                    | 16.40 - 17.00                                                   | 16.50 - 17.00                                                    |
| Подготовка к ужину, ужин                                                                                                                                                                                      | 16.35-17.00            | 16.35-17.00                                                 | -                                                             | -                                                                | -                                                               | -                                                                |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой                                                                                                                                                             | 17.00 - 18.30          | 17.00 - 18.30                                               | 17.00 - 18.30                                                 | 17.00 - 18.30                                                    | 17.00 - 18.30                                                   | 17.00 - 18.30                                                    |

| Для круглосуточных групп                                               |               |               |               |               |                                |                                         |
|------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------------|-----------------------------------------|
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму ужину  | 18.30 – 19.20 | 18.30 – 19.20 | 18.30 – 19.30 | 18.30 – 19.40 | 18.20 – 19.50                  | 18.20 – 19.50                           |
| Второй ужин                                                            | 19.20 – 19.50 | 19.20 – 19.50 | 19.30 – 19.50 | 19.40 – 20.00 | 19.50 – 20.10                  | 19.50 – 20.10                           |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры                                | 19.50 – 20.40 | 19.50 – 20.40 | 19.50 – 20.50 | 20.00 – 21.00 | 20.10 – 21.00                  | 20.10 – 21.00                           |
| Укладывание на сон, ночной сон                                         | 20.40 – 7.10  | 20.40 – 7.10  | 20.50 – 7.10  | 21.00 – 7.10  | 21.00 – 7.10                   | 21.00 – 7.10                            |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки (занятия) | 20 мин        | 20 мин        | 30 мин        | 40 мин        | 50 мин утром + 25 мин<br>вечер | 90 мин (60 мин утром + 30 мин<br>вечер) |