

СОГЛАСОВАНО: Педагогическим советом МБОУ УЛ структурное подразделение «Детский сад «Калейдоскоп» Протокол от 29.09.2024 №1	УТВЕРЖДЕНО: И.О. директора лицея Батракова Л.Н. /_____/
	Приказ от 29 августа 2024 №228

## ПОЛОЖЕНИЕ

---

### «О режимах дня ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

---

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Университетский лицей с казачьим кадетским компонентом  
города Дмитровграда Ульяновской области»  
структурное подразделение «Детский сад «Калейдоскоп»

---

*Наименование Образовательной организации полностью*

/в редакции Приказа Министерства просвещения РФ от 23.01.2023 №50 /

Срок действия – устанавливается на срок действия НПА, указанных в основании разработки  
с 01.09.2024 по 01.09.2027

Срок хранения – постоянно

## СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование подраздела	Страница
1	Общие положения	3
2	Основные понятия	4
3	Общие требования к организации режима(ов) дня	4
4	Требования и показатели организации режима дня и образовательного процесса	5
5	Виды реализуемых режимов дня	6
6	Приложение(я):	7
	—	

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее *Положение о режимах дня* является обязательным локальным нормативным актом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Университетский лицей с казачьим кадетским компонентом города Димитровграда Ульяновской области» структурного подразделения «Детский сад «Калейдоскоп» (далее – МБОУ УЛ структурное подразделение «Детский сад «Калейдоскоп», далее – Образовательная организация), определяющим основные требования к организации режима дня в разных возрастных группах.

1.2. *Положение о режиме(ах) дня* разработано на основании и во исполнение и действующего законодательства РФ:

Федерального уровня	— ФЗ РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ» — ФЗ №323 от 21.11.2011 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» (ст.7) — СанПин 2.4.3648-20 (срок действия – 01.01.2021- 01.01.2027) — СанПин 1.2.3685-21 (срок действия: 01.03.2021- 01.03.2027) — ФОП ДО (срок действия: с 01.09.2023)
---------------------	--

И устава МБОУ УЛ

1.2.1. руководствуясь:

- МР 2.4.0242-21. Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
- МР 2.4.0259-21. Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям, реализующим образовательные программы дошкольного образования, осуществляющим присмотр и уход за детьми.

1.3. *Положение о режимах дня* принимается в соответствии с порядком, установленном в Уставе МБОУ УЛ

- разрабатывается, утверждается директором лицея
- принимается без учета мнения Совета родителей/ Первичной профсоюзной организации
- согласовывается на Педагогическом совете

1.4. *Положение* имеет следующую структуру:

- титульный лист, содержание, текстовая часть

1.5. К *Положению* прилагается:

- приказ об утверждении

1.6. Приложением к *Положению* являются локальные нормативные акты:

- *Режимы дня для всех возрастных групп*

1.7. Основанием для пересмотра *Положения о* служат:

- результаты проверок
- изменения нормативных правовых требований

1.8. Срок действия устанавливается на срок действия НПА, указанных в основании разработки.

1.9. Срок хранения: постоянно

1.10. *Положение о режимах дня* не является информационно-доступным локальным нормативным актом, размещается на официальном сайте МБОУ УЛ по решению директора лицея.

## 2. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

2.1. В настоящем *Положении* использованы следующие термины, понимание которых приведено ниже:

*Режим дня* – порядок чередования различных видов деятельности и отдыха в течение всего времени пребывания в образовательной организации.

## 3. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ

3.1. Режимы дня устанавливаются с учетом требований СанПин, указанных в п.1.2.1 настоящего Положения, условий реализации Образовательной программы дошкольного образования (далее - ОП ДО)/ Адаптированной образовательной программы дошкольного образования (далее - АОП ДО), потребностей участников образовательных отношений.

3.2. Режимы дня предусматривают:

- *рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями*
- *оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр*
- *достаточную двигательную активность в течение дня*
- *сочетание умственной и физической нагрузки*

3.3. Режимы дня обеспечивают хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждают утомление и перевозбуждение.

3.4. Основными компонентами режимов дня являются:

- *сон*
- *пребывание на открытом воздухе (прогулка)*
- *образовательная деятельность*
- *игровая деятельность*
- *отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность)*
- *прием пищи*
- *личная гигиена*

Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и др.).

3.5. Режимы дня являются гибкими за исключением:

- *времени приема пищи, интервалов между приемами пищи<sup>1</sup>*
- *длительности суточного сна, времени отхода ко сну*
- *проведения ежедневной прогулки*

3.6. Режимы дня строятся с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

3.7. Режимы дня могут корректироваться в зависимости от типа образовательной организации, вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

---

<sup>1</sup> Режим питания зависит от длительности пребывания детей в образовательной организации и регулируется СанПин 2.3/2.4.3590-20

#### 4. ТРЕБОВАНИЯ И ПОКАЗАТЕЛИ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА<sup>2</sup>

##### 4.1.

	Группы	Требования
Время проведения занятий	Все возрастные группы	Начало - не ранее 8.00 Окончание – не позднее 17.00
Реализация дополнительных образовательных программ, деятельности кружков, спортивных секций	Все возрастные группы	Не ранее 15.00, не позднее 18.00 Перерыв между последним занятием и началом дополнительных занятий- не менее 20мин.
Продолжительность занятий	1,5-3 года	10мин.
	3-4 года	15мин.
	4-5 лет	20мин.
	5-6 лет	25мин.
	6-7 лет	30мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	1,5-3 года	20мин.
	3-4 года	30мин.
	4-5 лет	40мин.
	5-6 лет	50мин. или 75мин. при организации 1 занятия после дневного сна
	6-7 лет	90мин.
Продолжительность перерывов между занятиями	Все возрастные группы	Не менее 10мин.
Перерывы во время занятий для гимнастики	Все возрастные группы	Не менее 2-х мин.
Продолжительность дневного сна	1-3 года	Не менее 3ч
	4-7 лет	Не менее 2,5ч
Продолжительность прогулки	Все возрастные группы	Не менее 3ч в день (для ДОУ с 12ч пребыванием) П.185 при температуре воздуха ниже - 15С и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.
Суммарный объем двигательной активности	Все возрастные группы	Не менее 1ч в день
Утренняя гимнастика	Все возрастные группы	Не менее 10мин.
Питание		Режим питания и время приема пищи определяются временем начала и окончания работы ДОУ при соблюдении времени перерыва между отдельными приемами пищи не более 3,5ч <sup>3</sup> .  7-8ч пребывания - 3-4 разовое питание 11-12ч пребывания - 4-5 разовое питание 13-24ч пребывания - 5-6 разовое питание  Интервалы считаются от начала одного приема пищи до начала следующего.

<sup>2</sup> СанПин 1.23685-21 (таблицы 6.6, 6.7)

<sup>3</sup>МР 2.4.0259-21 п.7.1

## 5. ВИДЫ РЕАЛИЗУЕМЫХ РЕЖИМОВ ДНЯ

5.1. В *Образовательной организации* реализуются следующие режимы дня:

— *Основной* (при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина): в холодный период года/в теплый период года.

в холодное время года и при неблагоприятных погодных условиях уменьшается пребывание детей на прогулке. В теплое время жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе.

— *Адаптационный* (для вновь поступающих детей раннего возраста, детей со сложной адаптацией)

— *Режим дня на время карантина* (выстраивается на период действия профилактических мероприятий в соответствии с приказом)

5.2. Режимы дня размещаются в каждой возрастной группе.

**Режим дня второй группы раннего возраста  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-09.00
Непрерывная образовательная деятельность*  2 завтрак	09.00-9.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.45-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35-15.50
Чтение художественной литературы	15.50-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.55

\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут

\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак

Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.55-19.00
--	-------------

**Режим дня 2 младшей группы  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.40
Игры, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.40 – 09.00
Непрерывная образовательная деятельность*  2 завтрак	09.00 - 9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.50 - 11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10 - 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 - 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35 - 16.00
Чтение художественной литературы	16.00 - 16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.10 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40- 17.55
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.55 - 19.00

---

*\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут  
\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак*



**Режим дня первой младшей группы  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-09.00
Непрерывная образовательная деятельность*  2 завтрак	09.00-9.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.45-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35-15.50
Чтение художественной литературы	15.50-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.55
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.55-19.00

\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут

\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак

**Режим дня средней группы  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	07.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.40
Игры, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.40 – 09.00
Непрерывная образовательная деятельность* 2 завтрак	09.00 - 10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00 - 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00- 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35 - 15.55
Чтение художественной литературы	15.55 - 16.05
Подготовка к ужину, ужин	16.05 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30- 17.55
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	17.55 - 19.00

*\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут*

*\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак*

**Режим дня старшей группы  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	07.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50–09.00
Непрерывная образовательная деятельность*  2 завтрак	09.00 - 10.05
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.05–12.15
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Игры, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	15.35 - 16.00
Чтение художественной литературы	16.00 - 16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.10 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20- 18.20
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.20 - 19.00

\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут

\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак

**Режим дня подготовительной группы  
на 2024-2025 учебный год  
(холодный период)**

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	07.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	8.50 – 09.00
Непрерывная образовательная деятельность*  2 завтрак	09.00 - 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 - 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 - 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30 - 16.00
Чтение художественной литературы	16.00 - 16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.20 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40- 18.20
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.20 - 19.00

\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельностью не менее 10 минут

\*В перерыве между непрерывной образовательной деятельностью 2 завтрак

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА** на 2024-2025 учебный год  
*в старшей группе компенсирующей направленности для детей с ТНР*

ДОМА	
Подъем, утренний туалет	06.00 – 07.30
В ДЕТСКОМ САДУ	
Прием, осмотр детей, игры, труд, утренняя гимнастика	07.00 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.55
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.55 – 09.00
Непрерывная образовательная деятельность (с включением физкультминутки)	09.00 – 10.50
Подготовка к завтраку, второй завтрак	09.45 – 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка (организованная двигательная активность, игры, наблюдения, труд).	10.50 – 12.15
Возвращение с прогулки, раздевание, самостоятельная деятельность	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.55
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.55 – 14.50
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	14.50 – 15.10
Подготовка к полднику. Полдник.	15.10 – 15.20
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	
Непрерывная образовательная деятельность	15.20 – 16.10
Игры, самостоятельная деятельность	
Подготовка к ужину. Ужин.	16.10 – 16.50
Коррекционный час (Игры, артикуляционная, дыхательная, пальчиковая гимнастика)	16.50 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.30 – 19.00
ДОМА	
Ужин	18.30 – 18.50
Прогулка	18.50 – 20.15

Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Гигиенические процедуры.	20.15 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 06.30

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА** на 2024-2025 учебный год

**в подготовительной группе компенсирующей направленности для детей с ТНР**

<i>ДОМА</i>	
Подъем, утренний туалет	06.00 – 07.30
<i>В ДЕТСКОМ САДУ</i>	
Прием, осмотр детей, игры, труд, утренняя гимнастика	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.55
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.55 – 09.00
Непрерывная образовательная деятельность (с включением физкультминутки)	09.00 – 11.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	09.55 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (организованная двигательная активность, игры, наблюдения, труд).	11.10 – 12.30
Возвращение с прогулки, раздевание, самостоятельная деятельность	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику. Полдник.	15.20 – 15.30
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	15.30 – 15.40
Непрерывная образовательная деятельность	15.40 – 16.05
Игры, самостоятельная деятельность	16.05 – 16.25
Подготовка к ужину. Ужин.	16.25 – 16.50
Коррекционный час (Игры, артикуляционная, дыхательная, пальчиковая гимнастика)	16.50 – 17.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.40 – 19.00
<i>ДОМА</i>	
Ужин	18.30 – 18.55
Прогулка	18.55 – 20.15

Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Гигиенические процедуры.	20.15 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 06.30

**Режим дня**

**МБОУ УЛ структурное подразделение «Детский сад «Калейдоскоп»**

**на теплый период 2023-2024 учебного года**

Режимные моменты	Группы			
	1 младшая	2 младшие	Средняя	Старшие «А» «Б» ТНР
❖ Прием и осмотр, игры, труд, самостоятельная деятельность	07:00 – 07:55	07.00-8.10	07.00 - 8.15	07.00 - 8.20
❖ Утренняя гимнастика	07.55-08.00	07.45-7.50	07.55 - 08.01	08.06 - 08.14
❖ Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	08.00 - 08.30	08.10-08.40	08.15 - 08.45	08.20 - 08.50
❖ Игры, подготовка к прогулке, к непосредственно образовательной деятельности, выход на прогулку	08.30 - 08.45	08.40-09.00	08.45 - 09.00	08.50 - 09.00
❖ Прогулка (игры, наблюдения, подвижные игры, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность)	08:45 – 11:00	9.00-11.10	09.00 - 11.20	09.00 - 11.30
❖ образовательная деятельность на участке *		Сетка НОД	Сетка НОД	Сетка НОД
❖ 2 ЗАВТРАК	Сетка НОД	09.50-10.00	09.50- 10.00	09.45- 09.55
	09:40 - 09:50			
❖ Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11:00 – 11:20	11.10-11.30	11.20 - 11.40	11.30- 11.50
❖ Подготовка к обеду. ОБЕД	11:20 –	11.30-12.00	11.40 - 12.10	11.50 - 12.20

\*Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельности не менее 10 минут

	11:50			
❖ Подготовка ко сну, дневной сон	11:50 - 15.00	12.00-15.00	12.10 - 15.00	12.20 - 15.00
❖ Подъем детей, воздушные, водные процедуры в сочетании с физкультурными упражнениями	15.00 - 15.20	15.00-15.20	15.00 - 15.20	15.00 - 15.20
❖ Подготовка к полднику. ПОЛДНИК	15.20 - 15.40	15.20-15.40	15.20 - 15.40	15.20 - 15.40
❖ Игры, досуги, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность	15.40 - 16.05	15.40-16.05	15.40 - 16.10	15.40 - 16.15
❖ Подготовка к ужину, ужин	16.05- 16.25	16.05-16.25	16.10 - 16.30	16.15 - 16.35
❖ Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.25.- 16.35	16.25-16.35	16.30 - 16.40	16.35 - 16.45
❖ Прогулка (самостоятельная деятельность)	16.35 - 18.20	16.35-18.20	16.40 - 18.20	16.45 - 18.20
❖ Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.20 - 19.00	18.20-19.00	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00