

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 70»**

Принято
Протокол заседания
педагогического совета № 1
от 28.08.2026 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 70
Я.Э. Минасян
Приказ № 47 от 01.09.2026 г.

Режим дня

Общие положения.

В соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СанПиН 2.4.3648-20:

- максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет – 5,5 часа;
- в течение каждого периода бодрствования предусматривается проведение прогулки, дневная суммарная продолжительность которых должна составлять не менее 3-х часов;
- самостоятельная деятельность детей занимает в течение дня 3-4 часа, которые используются для личной гигиены, подготовки к образовательной деятельности и игры;
- период дневного сна для дошкольников 1-3 года – 3,0 часа; 3-7 лет 2,5 часа;
- общая продолжительность режима дня – 12 часов.

При формировании режимов дня учитываются инфраструктурные особенности учреждения, связанные с архитектурой здания, количеством и площадью прогулочных площадок. У каждой группы имеется отдельная прогулочная площадка, беседка. Организация питания воспитанников всех групп осуществляется в групповых ячейках. Расписанию непосредственно-образовательной деятельности соответствует Положению о режиме занятий в МБДОУ № 70.

РЕЖИМ ДНЯ В ДОУ (холодное время года)

	1-я младшая группа	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная группа
Прием детей (возможен на улице), игры, совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Совместная деятельность педагога и детей	8.10-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Непосредственно- образовательная деятельность с учетом перерывов	9.00 – 9.40	9.00-9.45	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Игры, свободная деятельность детей	9.40-10.15	9.45-10.30	9.50-10.30	10.00-10.30	10.50-11.00
Второй завтрак	10.15-10.30	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-11.50	10.40-12.20	10.40.-12.20	10.40-12.20	11.00-12.25
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.25-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, пробуждение	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
НОД/ дополнительное образование или совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей	16.00-16.30	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.20	17.00-18.20	17.00-18.20	17.00-18.20	17.00-18.20
Возвращение с прогулки свободная деятельность детей	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

РЕЖИМ ДНЯ В ДОУ (теплое время года)

	1-я младшая группа	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная группа
Прием детей, игры, совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Возвращение с прогулки	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Совместная деятельность педагога и детей	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.30
Подготовка к прогулке	9.15-9.30	9.20-9.30	9.25-9.35	9.25-9.35	9.30-9.40
Совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей (беседы, игры, наблюдения, труд на участке, экспериментирование, развлечения, эстафеты)	9.30-11.30	9.30-12.00	9.35-12.10	9.35-12.15	9.40-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-12.00	12.00-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30	12.20-12.30
Обед	12.00-12.30	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, пробуждение	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей на прогулке	16.00-18.10	16.00-18.15	16.00-18.20	16.00-18.20	16.00-18.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	18.10-18.30	18.15-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.50	18.30-18.50	18.30-18.50	18.30-18.50	18.30-18.50
Вечерняя прогулка	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00