



**Режим дня Көндәлек режим на холодный период
2022-2023 учебный год**

Протокол лет. совета №1 от 01.09.2022

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	Возраст			
	С 1-3 лет	С 4-5 лет	С 5-6 лет	С 6-7 лет
Приём детей (утренний фильм). Прогулка, самостоятельная деятельность (по погодным условиям на улице)	6.00-7.20 7.15-7.55(на улице 40м)	6.00-7.00 7.00-7.30(на улице 30м)	6.00-7.20 7.00-7.40(на улице 40м) <u>КЛАССИКИ</u> Ср: чт: 6.00-7.40(на улице 1ч40м) Пт: 6.40-7.40(на улице 1ч) <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Вт: ср: 6.20-7.40 (на улице 1ч20м)	6.00-7.20 7.10-7.40(на улице 30м) <u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Вт: 6.00-7.40(на улице 1ч40м) Пт: -7.00-7.40 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон: 7.05-7.40(на улице 45м) Вт: 7.05-7.40 <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон: 7.05-7.40 Вт: 6.00-7.40(на улице 1ч40м) Чт: 6.40-7.40
	7.55-8.00 (в группе или на прогулке 5м)	7.30-7.40 (муз. зал/спорт.зал через неделю - или на прогулке 10м)	7.54-8.04 (муз. зал/ спорт.зал - через неделю, или на прогулке 10м)	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> 7.42-7.52 (муз. зал//спорт.зал - через неделю, или на прогулке 10м) <u>БУКВОЕШКИ</u> <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> 8.06-8.16 (муз. зал//спорт.зал - через неделю, или на прогулке 10м)
Подготовка к завтраку	8.00-8.05	8.05-8.10	7.45-7.55	7.40-7.50
Завтрак	8.05-8.25	8.10-8.30	8.04-8.19	8.16-8.31
Игры, самостоятельная деятельность.	Пон: 9.15-9.25 Втор: 8.45-9.00	<u>СВЕТЛЯЧКИ</u> <u>КУРНОСИКИ</u> Пон: 7.40-8.10	<u>КЛАССИКИ</u> Пон; Ср: 7.40-7.54 8.19-9.00	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон:вт:ср:чт:пят: 7.52-8.06
Подготовка к занятиям.	Среда: 8.45-9.00			

	Четв: 8.45-9.00 Пят: 8.45-9.00	8.30-8.45 9.10-9.15 Вт: 7.40-8.10 8.30-9.00 9.25-9.30 Среда: 7.40-8.10 8.30-8.45 9.10-9.15 Чт: 7.40-8.10 8.30-9.45 9.10-9.15 <u>Доп. образоват. услуги</u> <u>(бассейн) 10.00-10.05</u> Пт: 7.40-8.10 8.30-8.45 9.10-9.15	Вт; Четв; Пятн: 7.40-7.54 8.19-8.45 <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Пон: Ср: Четв: 7.40-7.54 8.19-9.00 Вт: Пят: 7.40-7.54 8.19-8.45	8.31-8.45 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон-чт: 7.40.-8.06 8.31-8.45 Пятн: 7.40.-8.06 8.31-9.00 <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон:ср:чт:пят: 7.40.-8.06 8.31-8.45 Вт: 7.40.-8.06 8.31-9.00
НОД	Пон: 9.25-9.35 Втор: 9.00-9.10 9.25-9.35 Среда: 9.00-9.10 // 9.20-9.30 (по подгруппам) Четв: 9.00-9.10 // 9.20-9.30 (по подгруппам) Пят: 9.00-9.10 // 9.20-9.30 (по подгруппам)	<u>СВЕТЛЯЧКИ</u> Пон: 8.45 – 9.05 9.15-9.35 Вт: 9.00-9.20 9.30-9.50 Среда: 8.45- 9.05 9.15-9.35 Чт: 8.45-9.05 9.15-9.35 <u>Доп. образоват. услуги</u> <u>(бассейн) 10.05-10.25</u> Пт: 8.45-9.05 9.15-9.35 <u>КУРНОСИКИ</u> Пон: 8.45 – 9.05 9.15-9.35 Вт: 9.00-9.20 9.30-9.50 Среда: 8.45- 9.05 9.15-9.35 Чт: 8.45-9.05 9.15-9.35 <u>Доп. образоват. услуги</u> <u>(бассейн) 10.35-10.55</u> Пт: 8.45-9.05 9.15-9.35	<u>КЛАССИКИ</u> Пон: 9.00-9.25 (между занят.- прогулка 1 ч 40м) 11.30-11.55 Вт: 8.45-9.05 // 9.15-9.35 (по подгруппам) физо на прогулке: 10.00-11.25 (25м) Ср: 9.00-9.25 9.45-10.10 <u>Доп. образоват. услуги (бассейн)</u> 10.20-10.45 Чт: 8.45-9.05//9.15-9.35 (по подгруппам) (между занятиями прогулка 9.50-10.50 (1ч)) Плавание: 11.05-11.30// 11.40-12.05 (по подгруппам) Пят: 8.45-9.10 (между занятиями прогулка 9.15-9.40 (25м)) 9.45-10.10 10.20-10.40 <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Пон: 9.00-9.25 9.45-10.10 Вт: 8.45-9.10 Плавание: 9.20-9.45// 9.55-10.20 (по подгруппам)	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон: 8.45-9.15 9.25-9.55 11.20-11.50 (физо в зале) Вт: 8.45-9.10// 9.20-9.45(по подгруппам) 9.55-10.25 <u>Доп. образоват. услуги</u> <u>(бассейн) 10.35-11.05</u> Ср: 8.45-9.15// 9.25-9.55(по подгруппам) физо на прогулке: 10.10- 10.40 (30м) Четв: плавание 8.45-9.15// 9.25-9.55(по подгруппам) 10.05-10.30 Пятн: 8.45-9.15 9.25-9.55 11.20-11.50 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон: 8.45-9.15//9.25-9.55 (по подгруппам) 10.05-10.35 (физо в зале) Вт: 8.45-9.15 9.25-9.55 10.05-10.35 <u>Доп. образоват. услуги</u> <u>(бассейн) 11.15-11.45</u>

			Ср: 9.00-9.25 (между занятиями прогулка 9.40-10.10 (30м)) <u>Доп. образоват. услуги (бассейн)</u> 10.20-10.45 Чт: 9.00-9.25 9.45-10.10 Пят: 8.45-9.05// 9.15-9.35 (по подгруппам) Физо на прогулке: 10.15-10.40	Ср: плавание: 8.45-9.15// 9.25-9.55(по подгруппам) 10.05-10.35 Четв: 8.45-9.15 9.25-9.55 11.40-12.10 Пятн: 9.00-9.30 физо на прогулке: 10.50-11.20 (30м) <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон: 8.45-9.15 (физо в зале) 9.25-9.55 10.05-10.35 Вт: 9.00-9.30 9.40-10.10 10.35-11.05 <u>Доп. образоват. услуги (бассейн)</u> 11.15-11.45 Ср: 8.45-9.15 плавание: 10.55-11.25//11.35-12.05(по подгруппам) Четв: 8.45-9.15// 9.25-9.55(по подгруппам) 11.00-11.30 Пятн: 8.45-9.15 9.25-9.55 физо на прогулке: 11.30-12.00 (30м)
2 завтрак	9.40-9.50	10.00-10.05	<u>КЛАССИКИ</u> пон: 9.25-9.30 вт: 9.35-9.40 среда: четв: 9.55-10.00 пятн: 10.00-10.05 <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> пон; вт: 10.00-10.05 ср: 9.50-9.55 чет: 9.50-9.55 пят: 9.45-9.50	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон: 9.55-10.05 Вт: 9.45-9.55 Ср: четв: пят: 9.55-10.05 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон: вт: ср: чт: 9.55-10.05 Пят: 9.30-9.40 <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон: чт: пт: 9.55-10.05 Вт: 10.10-10.20 Ср: 9.15-9.25

Подготовка к прогулке	9.50- 10.00	10.05- 10.10	<u>КЛАССИКИ</u> Пон: 9.35-9.40 (между занят.– прогулка 1ч 35м) Вт: 9.45-9.50 Ср: (30м+1ч) Чт: 9.45-9.50 (между занятиями прогулка 9.50-10.50 (1ч)) Пят: 10.50-11.40 (<u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Пон: 10.10-10.15 Вт: 11.20-11.40 Ср: 9.35-9.40 (между занятиями прогулка 9.40-10.10 (30м)) Чт: 10.10-10.15 Пят: 9.45-9.50	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон: 9.55-10.00 Ср: 10.05-10.10 Чт: 10.30-10.35 Пят: 10.05-10.10 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон:вт:ср: 10.45-10.50 Чт: 10.05-10.10 Пт: 9.40-9.45 <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон: 10.45-10.50 Ср: 9.25-9.30 Чт: пят: 10.05-10.10
Прогулка	10.00-11.00 (40м утром + 1ч00м до обеда + 1ч20м вечером =3ч)	10.10-11.20 (30м утром +1ч10м до обеда + 1ч20м вечером = 3ч)	<u>КЛАССИКИ</u> Пон: 9.40-11.20 (40м+ 1ч 40м+1ч=3ч20м) Вт: 9.45-11.25 (40м+1ч40м+1ч=3ч20м) Ср: (1ч40м+1ч20м=3ч) Чт: 9.50-10.50 (40м+1ч+1ч20м=3ч) Пят: 10.50-11.40 (1ч+50м+1ч20м=3ч) <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Пон: 10.15-11.40 (40м+1ч25м+1ч20м=3ч25м) Вт: 11.20-11.40 (1ч20м+20м+1ч20м=3ч) Ср: 9.35-10.10 (1ч20м+35м+1ч20м=3ч15м) Чт: 10.15-11.40 (40м+1ч25м+1ч20м=3ч25м) Пят: 9.50-11.40 (40м+1ч50м+1ч20м=3ч50м)	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон: 10.00-11.10 (30м+1ч10м+1ч20м=3ч) Вт: (1ч40м+1ч20м=3ч) Ср: 10.10-11.55 (30м+1ч45м+1ч20м=3ч35м) Чт: 10.35-11.55 (30м+1ч20м+1ч20м=3ч10м) Пт: 10.10-11.10 (40м+1ч+1ч20м=3ч) <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон: 10.50-11.55 (35м+1ч05м+1ч20м=3ч) Вт: 10.50-11.10 (1ч40м+20м+1ч20м=3ч20м) Ср: 10.50-11.55 (35м+1ч05м+1ч20м=3ч) Чт: 10.10-11.30 (30м+1ч20м+1ч20м=3ч10м) Пт: 9.45-11.55 (30м+2ч10м+1ч20м=4ч) <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон: 10.50-11.55

					(35м+1ч05м+1ч20м=3ч) Вт: (1ч40м+1ч20м=3ч) Ср: 9.30-10.45 (30м+1ч15м+1ч20м=3ч05м) Чт: 10.10-10.50 (1ч+40м+1ч20м=3ч) Пт: 10.10-12.00 (30м+1ч50м+1ч20м=3ч40м)	
Возвращение с прогулки	11.00-11.05	11.20-11.30			11.40-11.45	11.55-12.00
Водные процедуры	11.05-11.10	11.30-11.35			11.45-11.50	12.00-12.05
Подготовка к обеду	11.10-11.15	11.35-11.45			11.50-11.55	11.55-12.05
Обед	11.15-11.45	11.45-12.05			11.50-12.10	12.05-12.15
Подготовка ко сну	11.45-11.50	12.05-12.10			12.10-12.15	12.15-12.20
Сон	11.50-14.50 (3ч)	12.10-14.45 (2ч 35м)			12.15-14.45 (2ч 30м)	12.20-14.50 (2ч30м)
Постепенный подъем	14.50-15.00	14.45-14.50			14.45-14.50	14.50-14.55
Закаливающие процедуры	15.00-15.10	14.50-15.00			14.50-15.00	14.55-15.00
НОД ДОП. УСЛУГИ	Пон: 15.15 – 15.25//15.35-15.45 (по подгруппам) Вт: 15.15 – 15.25//15.35-15.45 (по подгруппам) Среда: 15.15 – 15.25 Четв: 15.40 – 15.50 Пятн: 15.15 – 15.25	<u>Доп. образовательные услуги:</u> <u>СВЕТЛЯЧКИ</u> «Танцевальная азбука» Пон: 15.40 – 16.00 «Английский язык» Пон: Ср: 15.00-15.20 «Говорунишки» Вт: Четв: 15.30 – 15.50 <u>КУРНОСИКИ</u> «Танцевальная азбука» Пон: 15.40 – 16.00 «Английский язык» Пон: Ср: 15.00-15.20 «Говорунишки» Вт: Четв: 15.00 – 15.20	<u>Доп. образовательные услуги:</u> <u>СВЕТЛЯЧКИ</u> «Танцевальная азбука» Пон: 15.40 – 16.00 «Английский язык» Пон: Ср: 15.00-15.20 «Говорунишки» Вт: Четв: 15.30 – 15.50 <u>КУРНОСИКИ</u> «Танцевальная азбука» Пон: 15.40 – 16.00 «Английский язык» Пон: Ср: 15.00-15.20 «Говорунишки» Вт: Четв: 15.00 – 15.20	<u>НОД</u> <u>КЛАССИКИ</u> Пон: 15.05-15.25 Ср: 15.05-15.25 <u>Доп. образовательные</u> <u>УСЛУГИ</u> Пон: «Танцевальная азбука» 15.40-16.00 Ср: чт: «Стэл-аэробика» «Шахматы» (по отдельному графику)15.00-15.30 Пон: ср: «Английский» 15.30-16.00 <u>НОД</u> <u>ПОЧЕМУЧКИ</u> Пон: 15.35-15.55 Вт: 15.35-16.00 Чт: 15.35-16.00 <u>Доп. образовательные</u> <u>УСЛУГИ</u> Пон: «Танцевальная азбука» 15.00-15.30 Вт; чт: «Стэл-аэробика»	Понедельник: все группы «Танцевальная азбука» 15.00-15.30 «Английский» Жемчужинки 15.00-15.20 «Английский» Звездочки, Буквоешки 15.30-16.00 Вторник: все группы «Стэл-аэробика» 15.35-16.05 «Юный шахматист» (по отдельному графику) Среда: «Английский» Жемчужинки 15.00-15.20 «Английский» Звездочки, Буквоешки	

				15.00 – 15.25 Ср: чт: «Стэл-аэробика» «Шахматы» (по отдельному графику)15.00-15.30 Пон: ср: «Английский» 15.30-16.00	15.30-16.00 Четверг: все группы «Бизнес клуб» 15.35-16.05 Пятница: все группы «Фитбол» 15.00-15.30
Игры, труд, самостоятельная деятельность	В промежутках между занятиями, см. сетку ОД	В промежутках между занятиями, см. сетку ОД и доп. занятий	В промежутках между см. сетку ОД и доп. занятий	В промежутках между см. сетку ОД и доп. занятий	В промежутках между см. сетку ОД и доп. занятий
Подготовка к уплотненному полднику	15.45 - 15.55	15.50-16.00	16.05-16.15	16.10-16.20	
Уплотненный полдник	15.55-16.20	16.00-16.20	16.15-16.25	16.20-16.40	
Игры, труд, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	16.20-16.40	16.20-16.40	16.25-16.40	16.40-18.00	
Прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, домой уход	16.40 – 18.00 (прогулка 1ч20м)	16.40 – 18.00 (прогулка 1ч20м)	Ср: чт: 16.40 – 18.00 (прогулка 1ч20м)	<u>ЖЕМЧУЖИНКИ</u> Пон:-пят: 16.40 – 18.00 <u>БУКВОЕШКИ</u> Пон:-пят: 16.40 – 18.00 <u>ЗВЕЗДОЧКИ</u> Пон:-пят: 16.40 – 18.00	

Режим дня составлен в соответствии с: Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (вместе с "СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...")

-п.185. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. Продолжительность прогулок для детей до 7 лет не менее 3, ч/день, суммарный объем двигательной активности, не менее 1,0 ч/день. Прогулки проводятся три раза в день (1 и 2 половина дня).

Продолжительность сна для детей до 3-х лет – не менее 3-х часов, для детей до 7 лет – не менее 2ч30 мин.

-Требования к организации образовательного процесса Таблица 6.6 начало занятий не ранее 8 часов; окончание занятий при реализации образовательных программ дошкольного образования в 17.00 часов. Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста: от 1,5 до 3 лет - не более 10 мин, от 3-4 лет – не более 15 мин, 4-5 лет – не более 20 мин, от 5-6 лет – не более 25 мин, от 6-7 лет – не более 30 мин.

-Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более: от 1,5 до 3 лет - не более 20 мин, от 3-4 лет – не более 30 мин, 4-5 лет – не более 40 мин, от 5-6 лет – не более 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна, от 6-7 лет – не более 90 мин.

-Утренняя зарядка для детей до 7-лет продолжительность, не менее 10 мин.