

Подписан цифровой подписью: Галушко Олеся
Константиновна
DN: OU=Руководство, O="СП ""Детский сад ""Радуга""
ГБОУ СОШ № 14 г. Жигулевск""", CN=Галушко Олеся
Константиновна, E=cu_doo14zhg@63edu.ru
Расположение:
Дата: 2026.09.02 12:49:47+04'00'

УТВЕРЖДАЮ
Старший воспитатель
СП «Детский сад «Радуга»
Галушко О.К.

Режим дня в СП «Детский сад «Радуга» с 1 сентября 2026 года по 31 мая 2027 года

№	Режимные моменты/Возрастная группа	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	Утренний прием, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.00 – 8.10	7.00 – 8.15	7.00 – 8.30	7.00 -8.35	7.00 – 8.35
2	Подготовка к завтраку (КГН), завтрак	8.10 – 8.40	8.15 – 8.40	8.30 – 8.50	8.35 – 8.50	8.35 – 8.50
3	Подготовка к ООД, погружение в тему недели,	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
4	Организованная образовательная деятельность (ООД)	9.00 - 9.10/ 9.20 - 9.30 (по подгруппам с интервалом 10 минут)	9.00 - 9.15 9.25-9.40 (перерывы между ООД не менее 10 минут)	9.00 - 9.20 9.30 - 9.50 (перерывы между ООД не менее 10 минут)	9.00 - 9.25 9.35 - 10.00 (перерывы между ООД не менее 10 минут)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50 (перерывы между ООД не менее 10 минут)
	Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня	20 минут (2x10мин.)	30 минут (2x15 минут)	40 минут (2x20 минут)	50 минут или 75 мин. (1 после дневного сна) (3x25 минут)	1ч 30 минут (90 минут) (3x30минут)
5	Второй завтрак	9.30 - 9.40	9.40 - 9.50	9.50 - 10.00	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20
6	Подготовка к прогулке (КГН), прогулка, самостоятельная деятельность детей	9.40 – 11.20	9.50 – 11.45	10.00 – 11.50	10.10 – 11.55	10.55 – 12.10
	Длительность 1 – ой прогулки	1 часа 40 минут	1ч. 55 минут	1 ч. 50 минут	1ч. 45 минут	1 ч. 15 минут
7	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.20 – 11. 35	11.45 – 12.00	11.50 – 12.05	11.55 – 12.10	12.10 – 12.15
8	Подготовка к обеду (КГН), обед	11.35 – 12.00	12.00 – 12.30	12.05 – 12.30	12.10 – 12.30	12.15 – 12. 30
9	Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30-15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
	Общая продолжительность сна	3 часа	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут
10	Побудка, подъем (КГН)	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
11	ООД, игры, самостоятельная деятельность, ДОП	ООД 15.20 – 15.30 15.40 - 15.50 (по подгруппам с интервалом 10 минут)	15.15 – 15.30 ООД не более 15 минут	15.15 – 15.35 ООД или ДОП по интересам детей не более 20 минут	15.10 – 15.35 15.35 - 16.00 ООД или ДОП по интересам детей не более 25 минут	15.10 – 15.40 15.50 - 16.20 ООД или ДОП по интересам детей не более 30 минут
	Максимальный объем недельной образовательной нагрузки (включая реализацию	Не более 1 ч.40 мин.	2 ч. 30 мин.	3ч. 20 мин.	5ч.50 мин.	7ч.30 мин.

	<i>дополнительных программ)</i>					
12	Подготовка к уплотненному полднику (КГН) Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.10 – 16.30	16.15 – 16.35	16.20 – 16.50	16.25 – 16.50	16.30 – 16.50
	Подготовка к прогулке	16.40 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 - 17.00	16.50 - 17.00
	Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00
	<i>Длительность 2 – ой прогулки</i>	<i>2 часа</i>	<i>2 часа</i>	<i>2 часа</i>	<i>2 часа</i>	<i>2 часа</i>
	<i>Время на самостоятельную деятельность детей в режиме дня</i>	<i>Не менее 3 часов</i>	<i>Не менее 3 часов</i>	<i>Не менее 3 часов</i>	<i>Не менее 3 часов</i>	<i>Не менее 3 часов</i>