

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
Протокол №1
от «28» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель СПДС «Ягодка»
Михеева Н.Б.
«28» августа 2026г.



О="СПДС ""Ягодка"" ГБОУ СОШ № 10
г. Жигулевска", CN=Михеева Н.Б.,
E=cu_doo_ya10zhg@63edu.ru
00c017c2b31faa9fc5
2026.09.11 17:35:54+04'00'

Режим дня пребывания детей 1,6-8 лет в СПДС «Ягодка»
(с 1 сентября по 31 мая)

Режимные моменты	I младшая группа 3-й год жизни	II Младшая группа 4-й год жизни	Средняя группа 5-й год жизни	Старшая группа 6-й год жизни	Подготовительная к школе группа 7-8 й год жизни
Прием, самостоятельная игровая деятельность, игра, утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.35
Завтрак (подготовка к завтраку, КГН)	8.10-8.30	8.20-8.50	8.25 -8.50	8.30-8.50	8.35-8.50
Игры, подготовка к организованной деятельности	8.30-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
ООД (общая длительность, включая перерыв)	9.00-9.10/ 9.15-9.25 (по подгруппам)	9.00-9.15 9.25–9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
<i>Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более</i>	20 мин. (2x10 мин.)	30 мин. (2x15 мин.)	40 мин. (2x20мин.)	50 мин. или 75мин. при организации 1 занятия после дневного сна (3x25 мин.)	90 мин. (3x30мин.)
Второй завтрак (подготовка ко второму завтраку, КГН)	9.25-9.35	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.50-10.55
Подготовка к прогулке, КГН, прогулка, самостоятельная деятельность детей	9.35-11.15	9.50-11.45	10.00-11.50	10.10-11.55	10.55-12.10

<i>Длительность 1-ой прогулки</i>		<i>1 ч. 40 мин.</i>	<i>1ч.55 мин.</i>	<i>1 ч.50 мин.</i>	<i>1 ч. 45 мин.</i>	<i>1 ч. 15 мин.</i>
Возвращение с прогулки, КГН, самостоятельная деятельность детей		11.15-11.30	11.45-12.00	11.50 -12.05	11.55-12.10	12.10 -12.15
Обед (подготовка к обеду, КГН)		11.30-12.00	12.00-12.30	12.05-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30
Подготовка ко сну, КГН, сон		12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30 -15.00	12.30-15.00
<i>Длительность</i>		<i>3 часа</i>	<i>2ч.30 мин</i>	<i>2ч.30 мин</i>	<i>2ч.30 мин</i>	<i>2ч.30 мин</i>
Постепенный подъем, КГН, воздушные и водные процедуры		15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Совместная деятельность в режимных моментах (игры, индивидуальная работа, физическое воспитание)		ООД 15.15-15.25/ 15.30-15.40 (по подгруппам)	15.15-15.40	15.15-15.45	ООД 15.15-15.40	15.15-15.45
Игры, самостоятельная деятельность, развлечения (по четвергам)		15.40-15.50	15.40-16.20	15.45-16.25	15.40-16.30	15.45-16.35
Уплотненный полдник с включением блюд ужина (подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, КГН)		15.50 – 16.25	16.20- 16.50	16.25- 16.50	16.30 – 16.50	16.35 – 16.55
Подготовка к прогулке (КГН)		16.25-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.55-17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей 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 ч.</i>	<i>2 ч.</i>	<i>2 ч.</i>	<i>2 ч.</i>	<i>2 ч.</i>
Общий подсчет времени	<i>Максимальный объем недельной образовательной нагрузки</i>	<i>не более 1ч.40мин.</i>	<i>2ч.30 мин.</i>	<i>3ч. 20мин.</i>	<i>5ч.25мин.</i>	<i>7ч.30мин.</i>
	<i>На прогулку, не менее</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>
	<i>На сон, не менее</i>	<i>3 часа</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>
	<i>КГН</i>		<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>
	<i>Время на самостоятельную деятельность детей</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>

- ▲ Режим дня и организация воспитательно-образовательного процесса, разработаны в соответствии с требованиями СанПиН СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- ▲ Продолжительность прогулки зависит от климатических и погодных условий, ежедневная прогулка проводится не менее 3 часов.

Режим дня пребывания детей 1,6-8 лет в СПДС «Ягодка»

(с 1 июня по 31 августа)

№ п/п	Режимные моменты	Возрастные группы				
		<i>I младшая</i>	<i>II младшая</i>	<i>средняя</i>	<i>старшая</i>	<i>подготовительная</i>
1	Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность на воздухе	7.00 – 8.00	7.00 – 8.05	7.00 – 8.05	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10
2	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.05 – 8.10	8.05 – 8.15	8.00 – 8.20	8.10 – 8.30
3	Возвращение с прогулки, КГН	8.05-8.15	8.10 – 8.20	8.15 – 8.25	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40
4	Завтрак (подготовка к завтраку, КГН)	8.15 – 8.50	8.20 – 8.45	8.25 – 8.50	8.30 – 8.50	8.40 – 8.55
5	Самостоятельные игры	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.15
6	Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	
7	Второй завтрак (подготовка ко 2 завтраку, КГН)	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.05	10.00 – 10.05
8	Прогулка тематические мероприятия, самостоятельная деятельность на прогулке	9.10 – 11.10	9.15 – 11.20	9.15 – 11.25	9.15 – 11.40	9.15 – 11.45
9	Возвращение с прогулки, КГН, водные процедуры	11.10 – 11.30	11.20 – 11.40	11.25 – 11.45	11.40 – 11.50	11.45 – 11.55
10	Самостоятельные игры	11.30 – 11.45	11.40 – 11.55	11.45 – 12.00	11.50-12.05	11.55-12.10
11	Обед (подготовка к обеду, КГН)	11.45 – 12.10	11.55 – 12.40	12.00 – 12.40	12.05– 12.40	12.10 – 12.40
12	Подготовка ко сну, КГН, сон	12.10 – 15.10	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10
13	<i>Продолжительность дневного сна,</i>	<i>3ч.</i>	<i>2ч. 30мин.</i>	<i>2ч. 30мин.</i>	<i>2ч. 30мин.</i>	<i>2ч. 30мин.</i>
14	Постепенный подъем, КГН	15.10 – 15.25	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
15	Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	15.25 – 16.05	15.30 – 16.10	15.30 – 16.15	15.30 – 16.20	15.30 – 16.30
16	Уплотненный полдник с включением блюд	16.05 – 16.35	16.10 – 16.50	16.15 – 16.50	16.20 – 16.50	16.30 – 16.50

	ужина (подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, КГН)					
17	Подготовка к прогулке	16.35 –17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 –17.00	16.50 – 17.00
18	Прогулка, индивидуальная работа, уход детей домой	17.00 –19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 –19.00	17.00 – 19.00
19	<i>На прогулку, не менее</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>	<i>3 часа/день</i>

^ Режим дня и организация воспитательно-образовательного процесса разработаны в соответствии с требованиями СанПиН СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

^ В теплое время года проводится непосредственно образовательная деятельность только эстетически — оздоровительного цикла (музыкальные, физкультурные, изобразительного искусства) и осуществляются на участке во время прогулки в виде праздников, игр, экскурсий и т. п.; увеличивается продолжительность прогулок.

^ Продолжительность прогулки зависит от климатических условий.

Режим дня пребывания детей 1,6-8 лет в СПДС «Ягодка» (3 корпус)
(с 1 сентября по 31 мая)

Режимные моменты	I младшая группа 3-й год жизни	II Младшая группа 4-й год жизни	Средняя группа 5-й год жизни	Старшая группа 6-й год жизни	Подготовительная к школе группа 7-8 й год жизни
Прием, самостоятельная игровая деятельность, игра, утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30	7.00-8.40
Завтрак (подготовка к завтраку, КГН)	8.10-8.30	8.20-8.50	8.20 -8.50	8.30-8.50	8.40-8.50
Игры, подготовка к организованной деятельности	8.30-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
ООД (общая длительность, включая перерыв)	9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Продолжительность дневной образовательной нагрузки, не более	20 мин.	30 мин. (2x15 мин.)	40 мин. (2x20мин.)	75мин. (2*25мин) 25 минут-2 п.д.	1ч.30мин. (90мин.)
Второй завтрак (подготовка ко второму завтраку, КГН)	9.30-9.40	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.05	10.50-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	9.40-11.10	9.50-11.40	10.00-11.50	10.05-11.50	10.55-12.10
Длительность 1-ой прогулки	1 ч.30 мин	1 ч.50 мин	1 ч.50 мин	1 ч.45 мин	1 ч 15 мин
Возвращение с прогулки, КГН, самостоятельная деятельность	11.10-11.30	11.40-12.00	11.50 -12.05	11.50-12.10	12.10 -12.15
Подготовка к обеду, КГН, обед	11.30 -12.00	11.40-12.30	12.05-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Длительность	3 часа	2ч.30 мин	2ч.30 мин	2ч.30 мин	2ч.30 мин
Постепенный подъем, КГН, воздушные и водные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность, ООД	15.15-16.15	15.15-16.20	15.15-16.25	15.15-16.30 15.15-15.40	15.15-16.35
Уплотненный полдник с включением блюд ужина (подготовка к уплотненному полднику с включением	15.40 – 16.25	16.20- 16.50	16.25- 16.50	16.30 – 16.50	16.35 – 16.55

<i>блюдо ужина, КГН)</i>						
Подготовка к прогулке (КГН)		16.25-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.55-17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей 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>
Общий подсчет времени	<i>Максимальный объем недельной образовательной нагрузки</i>	<i>1ч.40мин.</i>	<i>2ч.30 мин.</i>	<i>3ч. 20мин.</i>	<i>5ч. 25 мин.</i>	<i>8ч.30мин.</i>
	<i>На прогулку</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>
	<i>На сон</i>	<i>3 часа</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>	<i>2 часа 30 мин</i>
	<i>КГН</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>
	<i>Время на самостоятельную деятельность детей</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>	<i>не менее 3 ч</i>

⚡ Режим дня и организация образовательного процесса разработан в соответствии с требованиями СанПиН СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

⚡ В летний оздоровительный период проводятся тематические мероприятия на участке во время прогулки; увеличивается продолжительность прогулок.

⚡ Продолжительность прогулки зависит от климатических условий, ежедневная прогулка проводится не менее 3 часов.

Режим дня пребывания детей 1,6-8 лет в (3 корпус)

(с 1 июня по 31 августа)

№ п/п	Режимные моменты	Возрастные группы				
		<i>I младшая</i>	<i>II младшая</i>	<i>средняя</i>	<i>старшая</i>	<i>подготовительная</i>
1	Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность на воздухе	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.30
2	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40
3	Возвращение с прогулки, КГН	8.10-8.20	8.10 – 8.20	8.20 – 8.25	8.30 – 8.35	8.30 – 8.40
4	Завтрак <i>(подготовка к завтраку, КГН)</i>	8.20 – 8.50	8.20 – 8.45	8.25 – 8.50	8.35 – 8.50	8.40 – 8.55
5	Самостоятельные игры	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.15
6	Подготовка к прогулке, выход на прогулку, тематические мероприятия, самостоятельная деятельность на прогулке	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.15-9.30

7	Второй завтрак <i>(подготовка ко 2 завтраку, КГН)</i>	10.00 –10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.00 – 10.05	10.00 – 10.05
8	Прогулка	9.20 – 11.10	9.25 – 11.25	9.25 – 11.30	9.30-11.50	9.45-12.00
9	Возвращение с прогулки, КГН, водные процедуры	11.10 –11.30	11.25 – 11.45	11.30 – 11.50	11.50-12.05	12.00 – 12.15
10	Обед <i>(подготовка к обеду, КГН)</i>	11.30 -12.00	11.45-12.30	11.50-12.30	12.05-12.30	12.15-12.30
11	Подготовка ко сну, КГН, сон	12.00-15.10	12.30-15.10	12.30-15.10	12.30-15.10	12.30-15.10
12	Постепенный подъем, КГН	15.10 –15.25	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 –15.30	15.10 – 15.30
13	Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	15.25 –15.45	15.30 – 16.30	15.30 – 16.30	15.30 –16.30	15.30 – 16.30
14	Уплотненный полдник с включением блюд ужина <i>(подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, КГН)</i>	15.45 –16.25	16.20 – 16.50	16.25 – 16.50	16.30 –16.50	16.30 – 16.50
15	Подготовка к прогулке	16.25 –17.00	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00	16.50 –17.00	16.50 – 17.00
16	Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.00 –19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 –19.00	17.00 – 19.00