

**Пояснительная записка к правилам внутреннего распорядка дня  
муниципального дошкольного  
образовательного учреждения  
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»  
на 2023-2024 учебный год**

**Режим и распорядок дня воспитанников Детского сада**

Режим дня в МОУ Детский сад № 135 для воспитанников дошкольных группах рассчитан на 12-часовое и круглосуточное пребывание детей в Детском саду и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы Детского сада, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО, в режиме пятидневной рабочей недели, кроме праздничных и выходных дней, установленных законодательством РФ. Режим дня, далее правила внутреннего распорядка дня является гибким, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки. Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до семи лет сокращается. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников

Правила внутреннего распорядка дня составлены с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, допускается изменение режима в связи с сезонными изменениями (холодный и теплый период года), в каникулярное время с отклонениями в пользу самостоятельной деятельности детей и прогулки. Правила внутреннего распорядка дня в группах различен и зависит от возраста детей.

В МОУ Детский сад № 135 организовано четырехразовое питание. Интервалы между завтраком и обедом 3 ч 20 мин. – 3 ч 30 мин. Интервал между полдником и ужином 2 ч - 2 ч 30 мин., т.е. для детей предусмотрены оптимальные периоды приема пищи с интервалом не более 4 часов. Для групп круглосуточного пребывания детей составлен особенный режим, в соответствии с правилами внутреннего распорядка дня групп круглосуточного пребывания, включая 6 разовое питание и ночной сон.

В 10.00 для детей от 1,5 до 7 лет предусмотрен второй завтрак, во время которого дети

принимают сок или фрукты.

Правила внутреннего распорядка дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, детей до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

В правилах внутреннего распорядка дня предусмотрены две прогулки:

- в первой половине дня продолжительностью – от 1 ч 30 мин - 1ч 40 мин. Кроме того, утренний прием детей осуществляется на свежем воздухе и составляет от 55 мин – до 1 ч 20 мин.

Во второй половине дня продолжительность прогулки составляет 1ч 40 мин - в холодный период, и 2 ч 30 мин - в теплый период.

Общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе не менее 4 часов в день. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

2-2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отведено не менее 3-4 часов.

Организованная образовательная деятельность в детском саду организуется с учетом методических рекомендаций к основной образовательной программе дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». Продолжительность непосредственно образовательной деятельности (далее НОД) составляет:

- для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность НОД не превышает 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут); ООД с детьми от 1 до 3 проводится по подгруппам, а именно:

от 1 г 7 м до 2 лет - по 4-6 человек;

от 2 лет 1 м до 3 лет – по 8-12 человек; с детьми старше 3 лет - всей группой.

В группах для детей от 3 до 4 лет продолжительность ООД - составляет 15 мин, одно занятие в первую половину дня, одно занятие во вторую половину дня;

- в группах для детей от 4 до 5 лет - 20 мин, с перерывами между занятиями 10 минут;

- в группах для детей от 5 до 6 лет – 25 мин, с перерывами между занятиями 10 мин;

- в группах для детей от 6 до 7 лет - 30 мин, с перерывами между занятиями 10 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в **первой половине** дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и

подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Во второй половине дня после дневного сна с детьми **старшего дошкольного** возраста проводится ООД, продолжительностью 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

В группах для детей от 2 до 7 лет третье занятие по физическому воспитанию проводится на свежем воздухе, в форме подвижных игр и спортивных упражнений. Продолжительность физкультурного занятия соответствует возрасту детей.

При составлении расписания непосредственно организованной деятельности учитывалась её динамика и нагрузка; статические игры-занятия чередуются с динамическими; занятия, требующие большего умственного напряжения, проводятся в середине недели.

Пояснительную записку составила старший воспитатель            Агафонова О.Г.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.07.2023г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2023-2024 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года старшая группа (5-6 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры и свободное общение детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.50</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.50-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки, водные процедуры
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, общение, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года подготовительная группа (6-7 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры по выбору детей, свободное общение, самостоятельная деятельность
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-11.10</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>11.10-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период смешанная ранняя группа (1-3 года)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку, завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Самостоятельные игры, свободное общение детей
<b>9.00-9.30</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>9.30-10.00</b>	Самостоятельные игры, свободное общение детей
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.20</b>	Самостоятельная деятельность
<b>10.20-11.50</b>	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, водные процедуры
<b>11.50-12.20</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.20-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.30</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение по интересам
<b>15.30-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00-19.00</b>	Прогулка, игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам. Уход детей домой.

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»  
Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8  
тел.: (8442) 63-24-78; факс: (8442) 63-24-78  
[dou135@volgadmin.ru](mailto:dou135@volgadmin.ru)  
ИНН 3448020260\ КПП 344801001 ОГРН 1033401199006

---

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года 2-я младшая группа (3-4 года)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку, завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Самостоятельная деятельность, игры и свободное общение детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.20</b>	Самостоятельная деятельность
<b>10.20-11.50</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки, водные процедуры
<b>11.50-12.20</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.20 -15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, общение, игры, самостоятельная деятельность
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, досуги, общение по интересам. Уход детей домой.

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»  
Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8  
тел.: (8442) 63-24-78; факс: (8442) 63-24-78  
[dou135@volgadmin.ru](mailto:dou135@volgadmin.ru)  
ИНН 3448020260\ КПП 344801001 ОГРН 1033401199006

---

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года средняя группа (4-5 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры и свободное общение детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.50</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.50-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, общение, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.



Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года смешанная дошкольная группа (5-6 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры и свободное общение детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.50</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.50-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки, водные процедуры
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, общение, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»  
Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8  
тел.: (8442) 63-24-78; факс: (8442) 63-24-78  
[dou135@volgadmin.ru](mailto:dou135@volgadmin.ru)  
ИНН 3448020260\ КПП 344801001 ОГРН 1033401199006

---

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## **Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год**

### **Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года смешанная дошкольная группа (5-7 лет)**

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры по выбору детей, свободное общение, самостоятельная деятельность
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-11.10</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>11.10-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года смешанная дошкольная группа (3-5 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры и свободное общение детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.50</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.50-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, общение, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_ - ОД от \_\_.08.2021г.

## Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год

### Правила внутреннего распорядка дня на холодный период года смешанная дошкольная группа (3-7 лет)

<b>7.00-8.20</b>	Утренний прием, утренняя гимнастика, игры, общение, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку. Завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Игры по выбору детей, свободное общение, самостоятельная деятельность
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-11.10</b>	Организованная образовательная деятельность
<b>11.10-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, кружки, самостоятельная деятельность. Уход детей домой.

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
\_\_\_\_\_ О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_\_ - ОД от \_\_.20 г.

## **Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год**

### **Правила внутреннего распорядка дня на летний оздоровительный период года для всех возрастов**

<b>7.00-8.20</b>	Прием детей, утренняя гимнастика, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми
<b>8.20-8.50</b>	Подготовка к завтраку, завтрак
<b>8.50-9.30</b>	Игры, общение, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД
<b>9.30-10.00</b>	Подготовка к прогулке, выход на прогулку. Организованная образовательная деятельность на участке
<b>10.00-11.50</b>	Второй завтрак. Игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные ванны
<b>11.50-12.00</b>	Возвращение с прогулки, водные процедуры, спокойные игры
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.30-15.00</b>	Подготовка к дневному сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, игры, общение
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник
<b>16.00- 19.00</b>	Прогулка, игры, общение, самостоятельная деятельность. Уход детей домой

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»  
Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8  
тел.: (8442) 63-24-78; факс: (8442) 63-24-78  
[dou135@volgadmin.ru](mailto:dou135@volgadmin.ru)  
ИНН 3448020260\ КПП 344801001 ОГРН 1033401199006

---

Утверждаю  
заведующий МОУ Детский сад № 135  
О.Н. Толстенко  
Приказ № \_\_\_\_ - ОД от \_\_ .20 г.

## **Правила внутреннего распорядка дня на 2021-2022 учебный год**

### **Правила внутреннего распорядка дня на каникулярный период года для всех возрастов**

<b>7.00-8.20</b>	Прием детей, утренняя гимнастика
<b>8.20-8.45</b>	Подготовка к завтраку, завтрак
<b>8.45-9.00</b>	Самостоятельная деятельность детей
<b>9.00-10.00</b>	Организованная образовательная деятельность эстетически-оздоровительного цикла
<b>10.00-10.10</b>	Второй завтрак
<b>10.10-10.30</b>	Игры, свободное общение детей, самостоятельная деятельность
<b>10.30-11.50</b>	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
<b>11.50-12.20</b>	Подготовка к обеду, обед
<b>12.20-15.00</b>	Подготовка ко сну, сон
<b>15.00-15.40</b>	Подъем детей, гимнастика после сна, гигиенические процедуры
<b>15.40-16.00</b>	Подготовка к уплотнённому полднику, полдник
<b>16.00-19.00</b>	Прогулка, игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Уход домой.

# Правила внутреннего распорядка дня МОУ Детский сад № 135 на 2021-2022 учебный год

