

РЕЖИМ ДНЯ

Режим дня в МБДОУ Дс № 7 рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФООП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20.

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность,	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак, КГН	8.20-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.20
Занятия в игровой форме, по подгруппам	9.20-9.30 9.40-9.50
Второй завтрак, подготовка к прогулке	9.50-10.20
Прогулка	10.20-11.40
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.40-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.40
Подготовка к прогулке,	16.40-17.00
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.30-18.40
Ужин	18.40-19.00
Уход детей домой	до 19.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-11.30 9.40-9.50 10.00-10.10
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30

Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-18.00 16.20-16.30 16.40-16.50
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к ужину	18.00-18.30
Ужин	18.30-19.00
Уход детей домой	До 19.00

Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 8.00	7.00 8.00	7.00 8.00	7.00 8.00
«Утренний круг»	-	-	8.00 8.25	8.00 8.35
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00 8.10	8.12 8.22	8.25 8.35	8.35 8.45
Гигиенические процедуры, подготовка к I завтраку (дежурство)	8.10 8.15	8.22 8.25	8.35 8.40	8.45 9.00
Завтрак	8.15 8.40	8.25 8.40	8.40 8.55	8.45 9.00
Утренний круг	8.40 8.55	8.40 9.00	-	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 9.15	9.00 9.20	9.00 9.25	9.00 9.35
	9.25 9.40	9.30 9.50	9.35 10.00	9.45 10.15
			10.10 10.35	10.25 10.55
Второй завтрак	9.50	9.50	10.05	10.15
Подготовка к прогулке	9.50 10.10	9.50 10.10	10.35 10.50	10.55 11.05
Прогулка ¹	10.10 11.40	10.10 11.50	10.50 12.20	11.05 12.35
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40 12.05	11.50 12.10	12.20 12.30	12.35 12.45
Подготовка к обеду (дежурство)	11.55 12.05	12.00 12.10	12.30 12.35	12.45 13.00
Обед	12.05 12.30	12.10 12.35	12.35 12.55	

¹ 1,5 ч, двигательная активность не менее часа

Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.30 13.00	12.35 13.00	12.50 13.00	12.50 13.00
Сон ²	13.00 15.30	13.00 15.30	13.00 15.30	13.00 15.30
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.30 15.40	15.30 15.40	15.30 15.40	15.30 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия (платные образовательные услуги)	15.40 16.00	15.40 16.00	15.40 16.00	15.40 16.00
Организация культурных практик / досуги/ развлечения	16.00 16.20	16.00 16.20	16.00 16.25	16.00 16.30
Полдник	16.20 16.35	16.20 16.35	16.25 16.35	16.25 16.35
Вечерний круг	16.30 16.45	16.30 16.50	16.35 17.00	16.35 17.00
Подготовка к прогулке,	16.45 18.40	16.50 18.40	17.00 18.40	17.00 18.40
Прогулка, самостоятельная деятельность детей (1,5 ч.)			17.10 18.40	
Возвращение с прогулки, ужин	18.40- 19.00			
Уход домой	19.00			
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 7.50	7.00 8.00	7.00 8.00	7.00 8.00
Утренний круг	7.50 8.00	8.00 8.10	8.00 8.25	8.00 8.35
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00 8.10	8.12 8.22	8.25 8.35	8.35 8.45
КГН, завтрак	8.20-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.45-9.00
Занятия на свежем воздухе, чтение художественной литературы	9.00 10.00	9.00 10.00	9.00 10.00	9.00 10.00
КГН, второй завтрак	10.00- 10.30			
Прогулка	10.30 12.00	10.30 12.10	10.30 12.20	10.30 12.30
Возвращение с прогулки, закаливающие процедуры	12.00 12.30	12.10 12.30	12.20 12.40	12.30 12.45
Обед	12.30 13.00	12.30 13.00	12.40 13.05	12.45 13.05
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.30		13.05-15.30	
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00			
Полдник	16.00-16.30			
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-17.00			

² 2,5 часа

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.30
Ужин	18.30
Уход домой	19.00