

Примерный режим дня

Раздел режим дня в Программе полностью соответствует разделу 35 ФОП ДО «Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах¹», с изменениями в режиме дня дошкольных групп, соответствующими Уставу МБДОУ 233.

РЕЖИМ ДНЯ ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (от 1 года до 2 лет)

СОДЕРЖАНИЕ	ВРЕМЯ	
	1 год-1,5 года	1,5 года-2года
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>		
Утренний прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.30—8.00	6.30—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30	8.00—8.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.30—9.30	8.30—9.30
Подготовка ко сну, первый сон	9.30—12.00	-
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00—12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	9.30—10.00
Второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка.	-	10.00—11.30
Подготовка к обеду, обед	12.30—13.00	11.30—12.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00—14.30	-
Подготовка ко сну, второй сон	14.30—16.00	-
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	-	12.30—15.30
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.00—16.30	-
Подготовка к полднику, полдник	-	15.30—16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	16.00—16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30—18.00	16.30—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30	18.00—18.30
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>		
Утренний прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.30—8.00	6.30—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30	8.00—8.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.30—10.00	8.30—11.30
Подготовка ко сну, первый сон	10.00—12.00	-
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00—12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное	-	9.30—10.00

¹ Приказ от 25 ноября 2022 г. N 1028 «Об утверждении ФОП ДО», п. 35.

бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		
Второй завтрак	-	10.30—11.00
Подготовка к обеду, обед	12.30—13.00	12.00—12.30
Подготовка к прогулке, прогулка, Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00—14.30	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30—15.00	
Подготовка ко сну, сон	15.00—16.30	12.30—15.30
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.30—17.00	15.30—16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00—18.00	16.00—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30	18.00—18.30

РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

СОДЕРЖАНИЕ	ВРЕМЯ
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	6.30—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30
Игры, подготовка к занятиям	8.30—9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00—9.30
Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	9.30—11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.20—11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45—12.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15—15.15
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—15.45
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей	15.45—16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.20—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	6.30—8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00—8.30
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.30—9.00
Прогулка, игры, второй завтрак, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.00—11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, водные процедуры	11.10—11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45—12.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15—15.15
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	15.45—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30

РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЯЯ ГРУППА

СОДЕРЖАНИЕ	ВРЕМЯ
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50—9.00
Занятия (включая динамическую паузу в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00—9.50
Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	9.50—11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40—12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00—12.25
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25—15.00
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.05—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—16.00
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей	16.00—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.00—18.30
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50—9.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, второй завтрак	9.15—11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, водные процедуры	11.30—12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00—12.25
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25—15.00
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00—15.30
Полдник	15.30—16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30

РЕЖИМ ДНЯ СТАРШАЯ ГРУППА

СОДЕРЖАНИЕ	ВРЕМЯ
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50—9.00
Занятия (включая динамическую паузу в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00—10.00
Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	10.00—12.10
Возвращение с прогулки, игры	12.10—12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20—12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40—15.10

Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10—15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30—16.05
Занятия (при необходимости)	16.05—16.30
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей	16.30—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.00—18.30
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50—9.25
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, второй завтрак	9.25—12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, водные процедуры	12.00—12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20—12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40—15.10
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10—15.30
Полдник	15.30—16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30

РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

СОДЕРЖАНИЕ	ВРЕМЯ
<i>Холодный период года (сентябрь—май)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50—9.00
Занятия (включая динамическую паузу в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00—10.50
Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	10.50—12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20—12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30—12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50—15.20
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20—15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.45—16.05
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей	16.05—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	17.00—18.30
<i>Теплый период года (июнь—август)</i>	
Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30—8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50—9.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, второй завтрак	9.30—12.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, водные процедуры	12.00—12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20—12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40—15.10
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10—15.30
Полдник	15.30—16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00—18.00
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	18.00—18.30

РЕЖИМ ДНЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ГРУППАХ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Занятия (включая динамическую паузу в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.40	9.00 - 9.50	9.00 - 10.00	9.00 - 10.50
Игры	9.40 - 10.30	9.50 - 10.30	10.00 - 10.30	-
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00