

Рассмотрено на педагогическом совете №1 Протокол №1 от 31.08.2023г	Утверждено Приказ № 1-79 от 31.08.2023г. И.о. заведующего МК ДОУ _____ М.М. Никонова
--	---

Режим дня для детей от 3 до 4 лет

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО 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 ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30–09:00
Занятие 1	09:00–09:15
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:15–09:25
Занятие 2	09:25–09:40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	09:40–10:00
Самостоятельная деятельность детей	10:00–10:30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:30–11:00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00–16:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:10–16:30
Продолжение прогулки, уход домой	16:30–18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30–09:00
Занятие 1	09.-9.15
Активное бодрствование детей	9.15- 9.35

Самостоятельная деятельность детей	9.35- 10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00–16:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:10–16:30
Продолжение прогулки, уход домой	16:30–18:00

Режим дня для детей от 4 до 5 лет

Режим дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО 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 ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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 –15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие 1	09:00–09:20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:20–09:30
Занятие 2	09:30–09:50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	09:50–10:15
Самостоятельная деятельность	10.15-10.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка ,	16:00–18:00
активное бодрствование (подвижные игры)	16.00- 16.30
Продолжение прогулки, уход домой	16:30–18:00

Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–8.:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие №1	09.00-09.20
Активное бодрствование детей	09.20-09.40
Самостоятельная деятельность детей	09.40 – 10.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11:00–12:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	11:00–11:20
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	11:20–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00–16:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:10–16:30
Продолжение прогулки, уход домой	16:30–18:00

Режим дня для детей от 5 до 6 лет

Режим дня в группе детей 5–6 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО 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 ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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 –15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие 1	09:00–09:25
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:25–09:35
Занятие 2	09:35–10:00
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10.00-10.10
Занятие №3	10.10 – 10.35
Второй завтрак	10.35-11.00

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00–18:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	16.00-16-20
Самостоятельная деятельность	16:20–18:00
Уход домой	18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие №1	09.00-09.25
Активное бодрствование детей	09.25- 09.45
Самостоятельная деятельность	09.45-10.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00- 18.00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры	16.00-16.20
Самостоятельная деятельность	16:20–18:00
Уход домой	18:00

Режим для детей от 6 до 7 лет

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО 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 ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

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 –15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры,	07:30–08:20

самостоятельная деятельность	
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие 1	09:00–09:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:30–09:40
Занятие 2	09:40–10:10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:10–10:20
Занятие 3	10:20–10:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:50–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16:00–18:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность	16:30–18:00
Уход домой	18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07:30–08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20–08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30–09:00
Занятие №1	09:00–09:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:30–09:40
Саостоятельная деятельность детей	09:40–10:30
Второй завтрак	10:30–11:00
Подготовка к прогулке, прогулка, активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность	16:30–18:00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16:00–18:00