

«Принято»  
на педагогическом совете МБДОУ  
«Детский сад № 2 “Ромашка”»

Протокол № 1 от «01» сентября 2023 г.

«Утверждено»  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 2 “Ромашка”»  
\_\_\_\_\_/О.А. Осколкова/

Приказ № 01-17/98  
от «01 » сентября 2023 г.

## Режим дня для разных возрастных групп МБДОУ «Детский сад “Ромашка”»

### Примерный режим дня в группе детей от 2-х до 3-х лет

| Содержание                                                                                   | Время                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <i>Холодный период года</i>                                                                  |                         |
| Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика                                     | 7.00-8.00               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                               | 8.30-9.00               |
| Игры, подготовка к занятиям                                                                  | 9.00-9.30               |
| Занятия в игровой форме по подгруппам                                                        | 9.30-9.40<br>9.50-10.00 |
| Второй завтрак                                                                               | 10.00-10.15             |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка                                                        | 10.15-11.30             |
| Возвращение с прогулки, игры                                                                 | 11.30-11.40             |
| Подготовка к обеду, обед                                                                     | 11.40-12.00             |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                               | 12.00-15.00             |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры                                | 15.00-15.30             |
| Подготовка к полднику, полдник                                                               | 15.30-15.45             |
| Игры, самостоятельная деятельность/Занятия в игровой форме по подгруппам, подготовка к ужину | 15.45-16.20             |
| Ужин                                                                                         | 16.20-16.40             |
| Игры. Подготовка к прогулке, прогулка                                                        | 16.40-18.00             |
| Возвращение с прогулки, самостоятельные игры, уход детей домой                               | 18.00-19.00             |
| <i>Теплый период года</i>                                                                    |                         |
| Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика                                     | 7.00-8.00               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                               | 8.00-8.30               |

|                                                                                          |             |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку                                           | 8.30-9.00   |
| Игры, воздушные и солнечные процедуры, занятия в игровой форме по подгруппам на прогулке | 9.00-11.10  |
| Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры                                           | 11.10-11.30 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                 | 11.30-12.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                           | 12.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры                            | 15.00-15.20 |
| Полдник                                                                                  | 15.20-15.45 |
| Игры, подготовка к ужину                                                                 | 15.45-16.20 |
| Ужин                                                                                     | 16.20-16.40 |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка                                       | 16.40-18.00 |
| Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой                                           | 18.00-19.00 |

#### Примерный режим дня в дошкольных группах

| Содержание                                                                                             | 3—4 года    | 4—5 лет     | 5—6 лет     | 6—7 лет     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <i>Холодный период года</i>                                                                            |             |             |             |             |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)      | 7.00-8.30   | 7.00-8.20   | 7.00-8.25   | 7.00-8.20   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                         | 8.30-9.00   | 8.30-8.50   | 8.35-8.50   | 8.20-8.50   |
| Игры, подготовка к занятиям                                                                            | 8.50-9.30   | 8.50-9.00   | 8.50-9.00   | 8.50-9.00   |
| Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты) | 9.30-10.00  | 9.00-10.05  | 9.00-10.15  | 9.00-10.50  |
| 2-й завтрак                                                                                            | 10.00-10.15 | 10.05-10.20 | 10.15-10.25 | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                                | 10.15-11.20 | 10.20-11.25 | 10.25-11.40 | 10.50-11.45 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                               | 11.20-12.15 | 11.25-12.20 | 11.40-12.25 | 11.45-12.30 |
| Подготовка ко сну, сон                                                                                 | 12.15-15.00 | 12.20-15.00 | 12.25-15.00 | 12.30-15.00 |

|                                                                                                           |             |             |             |             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                          | 15.00-15.40 | 15.00-15.40 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                            | 15.00-15.10 | 15.00-15.10 | 15.00-15.10 | 15.00-15.10 |
| Занятия (при необходимости)                                                                               | -           | -           | 15.50-16.15 | -           |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                  | 15.10-16.20 | 15.10-16.20 | 15.10-16.30 | 15.10-17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин                                                                                  | 16.20-16.30 | 16.20-16.40 | 16.30-16.45 | 16.30-16.45 |
| Игры, культурные практики. Подготовка к прогулке, прогулка/самостоятельная деятельность детей, уход домой | 16.30-19.00 | 16.40-19.00 | 16.45-19.00 | 16.45-19.00 |
| <b><i>Теплый период года</i></b>                                                                          |             |             |             |             |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)         | 7.00-8.30   | 7.00-8.35   | 7.00-8.40   | 7.00-8.40   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                            | 8.30-9.00   | 8.35-9.00   | 8.40-9.00   | 8.40-9.00   |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                        | 9.00-9.20   | 8.50-9.15   | 9.00-9.15   | 9.00-9.15   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки                              | 9.20-11.30  | 9.15-11.40  | 9.15-11.50  | 9.15-12.00  |
| Второй завтрак                                                                                            | 10.15-10.25 | 10.15-10.25 | 10.15-10.25 | 10.15-10.25 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                  | 11.30-12.15 | 11.40-12.20 | 11.50-12.25 | 11.50-12.25 |
| Подготовка ко сну, сон                                                                                    | 12.15-15.00 | 12.20-15.00 | 12.25-15.00 | 12.25-15.00 |
| Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                          | 15.00-15.40 | 15.00-15.40 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                            | 15.40-15.50 | 15.40-15.50 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                  | 15.50-16.15 | 15.50-16.20 | 15.40-16.25 | 15.50-16.25 |
| Подготовка к ужину, ужин                                                                                  | 16.15-16.40 | 16.20-16.40 | 16.25-16.40 | 16.25-16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой                           | 16.40-19.00 | 16.40-19.00 | 16.40-19.00 | 16.40-19.00 |

