

Утверждено

На педагогическом совете МБДОУ № 4

№1 от 31.08.2023

Режим дня для всех возрастных групп ДОО на 2023-24 учебный год

Режим дня в группе детей от 1,5–3, 3–4, 4–5, 5–6, 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. При температуре воздуха ниже минус 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.

| Режимные процессы/характер деятельности | Подготовительная группа | Старшая группа | Средняя группа | II младшая группа | I младшая группа |
|---|-------------------------|----------------|----------------|-------------------|------------------|
| | 6–7 лет | 5–6 лет | 4–5 лет | 3–4 года | 1,5–3 года |
| Дома | | | | | |
| Подъем после ночного сна | Не ранее 7:00 | Не ранее 7:00 | Не ранее 7:00 | Не ранее 7:00 | Не ранее 7:00 |
| Утренний туалет, гигиенические процедуры | 7:00–7:15 | 7:00–7:15 | 7:00–7:15 | 7:00–7:15 | 7:00–7:15 |
| В дошкольном учреждении | | | | | |
| Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры | 7:30–7:45 | 7:30–7:45 | 7:30–7:45 | 7:30–7:45 | 7:30–7:45 |

| | | | | | |
|--|------------|-------------|-----------|-----------|-----------|
| Утренняя гимнастика, в том числе на свежем воздухе (для старшего дошкольного возраста) | 7:45–8:00 | 7:45–7:55 | 7:45–7:55 | 7:45–7:55 | 7:45–7:55 |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 8:00–8:15 | 8:00–8:10 | – | – | – |
| В том числе двигательные игры малой подвижности | 10 мин | 10 мин | – | – | – |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание | 8:15–8:20 | 8:10–8:15 | 7:55–8:10 | 7:55–8:15 | 7:55–8:15 |
| Подготовка к приему пищи: прием пищи № 1 (завтрак) | 8:20–8:45 | 8:15–8:40 | 8:10–8:45 | 8:15–9:00 | 8:15–9:00 |
| Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время) | 8:45–9:00 | 8:40–9:00 | 8:45–9:00 | – | – |
| Организованная образовательная деятельность | 9:00–10:30 | 9:00–10:10 | 9:00–9:50 | 9:00–9:15 | 9:00–9:10 |
| Занятие № 1 | 9:00–9:30 | 9:00–9:25 | 9:00–9:20 | 9:00–9:15 | 9:00–9:10 |
| Перерыв между занятиями: подвижные игры малой и средней подвижности | 9:30–9:40 | 9:25–9:35 | 9:20–9:30 | 9:15–9:35 | 9:10–9:30 |
| Занятие № 2 | 9:40–9:50 | 9:35–10:00 | 9:30–9:50 | – | – |
| Перерыв между занятиями: подвижные игры | 9:50–10:00 | 10:00–10:10 | – | – | – |

| | | | | | |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| малой подвижности | | | | | |
| Занятие № 3 (если не предусмотрено во вторую половину дня) | 10:00–10:30 | – | – | – | – |
| Подготовка к приему пищи: прием пищи № 2 (второй завтрак) | 10:30–10:45 | 10:10–10:25 | 9:50–10:10 | 9:35–10:00 | 9:30–9:55 |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке | 10:45–11:00 | 10:25–10:45 | 10:10–10:35 | 10:00–10:25 | 9:55–10:20 |
| Прогулка на свежем воздухе: наблюдения, труд, игры | 11:00–12:30 | 10:45–12:15 | 10:35–12:05 | 10:25–11:55 | 10:20–11:20 |
| в том числе игры средней и высокой подвижности | 30 мин | 30 мин | 30 мин | 30 мин | 20 мин |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание | 12:30–12:40 | 12:15–12:25 | 12:05–12:15 | 11:55–12:10 | 11:20–11:40 |
| Подготовка к приему пищи: прием пищи № 3 (обед) | 12:40–13:00 | 12:25–12:50 | 12:15–12:50 | 12:10–12:50 | 11:40–12:20 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13:00–15:30 | 12:50–15:25 | 12:50–15:35 | 12:50–15:35 | 12:20–15:30 |
| Постепенный подъем, | 15:30–15:44 | 15:25–15:40 | 15:35–15:40 | 15:35–15:40 | 15:30–15:40 |

| | | | | | |
|---|-------------|----------------------------------|------------------|------------------|------------------|
| закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика | | | | | |
| в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА | 10 мин | 10 мин | 5 мин | 5 мин | 5 мин |
| Подготовка к приему пищи; прием пищи № 4 (полдник) | 15:40–16:00 | 15:40–15:55 | 15:40–16:05 | 15:40–16:05 | 15:40–16:10 |
| Организованная образовательная деятельность | 16:00–16:30 | 15:55–16:20 (3 раза в неделю) | Не предусмотрено | Не предусмотрено | Не предусмотрено |
| Занятие № 3 (если не предусмотрено во вторую половину дня) | 16:00–16:30 | 15:55–16:20 | – | – | – |
| Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время) | 16:30–16:45 | 16:20–16:40 | – | – | – |
| Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках городской программы дошкольного образования | 16:45–17:00 | 16:40–17:00 | 16:05–16:35 | 16:05–16:25 | 16:05–16:25 |

| | | | | | |
|---|-----------------|-----------------|-------------|-------------|-----------------|
| Гигиенические процедуры, самообслуживание | 17:00– 17:10 | 17:00– 17:10 | 16:35–16:50 | 16:25–16:40 | 16:25–16:40 |
| Прогулка на свежем воздухе: наблюдения, труд, игры | 17:10– 18:00 | 17:10– 18:00 | 16.50–18:00 | 16.40–18:00 | 16.40– 18:00 |
| в том числе игры средней и высокой подвижности | 20 мин | 20 мин | 20 мин | 20 мин | 20 мин |
| Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей) | до 18:00 | до 18:00 | до 18:00 | до 18:00 | до 18:00 |