

### 3.6. Режим и распорядок дня

#### Режим дня в группе детей от 1,5-х до 3-х лет

| Содержание                                                                                | Время               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <i>Первый/второй период реализации Программы</i>                                          |                     |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика                    | 7.30-8.30           |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                            | 8.30-9.00           |
| Игры, подготовка к занятиям                                                               | 9.00-9.15           |
| Занятия в игровой форме по подгруппам                                                     | 9.15-9.25           |
|                                                                                           | 9.25-09.35          |
| Второй завтрак                                                                            | 09.40-10.00         |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                           | 10.00-11.10         |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                              | 11.10-11.30         |
| Обед                                                                                      | <b>11.30</b> -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                                                            | 15.30-16.00         |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                  | 16.00-16.30         |
| Занятия в игровой форме по подгруппам                                                     | 16.00-16.10         |
|                                                                                           | 16.20-16.30         |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей                       | 16.30-18.00         |
| Теплый период года                                                                        |                     |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика                    | 7.30-8.30           |
| 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 | 9.30-11.10          |

|                                                                                                                        |             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Второй завтрак <sup>1</sup>                                                                                            | 09.45-10.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                                                                   | 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                                                          | 15.00-15.30 |
| Полдник                                                                                                                | 15.30-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам, уход домой | 16.00-18.00 |

### Режим дня в дошкольных группах

| Содержание                                                                                                                                   | 3-4 года    | 4-5 лет     | 5-6 лет     | 6-7 лет     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <i>Первый/второй период реализации Программы</i>                                                                                             |             |             |             |             |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)                                            | 7.30-8.30   | 7.30-8.30   | 7.30-8.30   | 7.30-8.30   |
| Завтрак                                                                                                                                      | 8.30-9.00   | 8.30-9.00   | 8.30-9.00   | 8.30-9.00   |
| Игры, подготовка к занятиям                                                                                                                  | 9.00-9.20   | 9.00-9.15   | 9.00-9.15   | -           |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики | 9.20-10.00  | 9.15-10.05  | 9.15-10.15  | 9.00-10.50  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                                                                      | 10.00-11.40 | 10.05-11.50 | 10.15-12.00 | 10.50-12.05 |
| Второй завтрак <sup>17</sup>                                                                                                                 | 10.00-10.10 | 10.10-10.20 | 10.30-10.40 | 10.50-11.00 |
| Обед                                                                                                                                         | 11.50-12.20 | 12.00-12.20 | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 |
| Подготовка ко сну, сон,                                                                                                                      | 12.20-15.00 | 12.20-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 |

| <b>Содержание</b>                                                                                 | <b>3-4 года</b> | <b>4-5 лет</b> | <b>5-6 лет</b> | <b>6-7 лет</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность                    | 15.00-15.30     | 15.00-15.30    | 15.00-15.30    | 15.00-15-30    |
| Полдник                                                                                           | 15.30-16.00     | 15.30-16.00    | 15.30-16.00    | 15.30-16.00    |
| Занятия (при необходимости)                                                                       | -               | -              | 16.00-16.25    | -              |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                          | 16.00-17.00     | 16.00-17.00    | 16.25-17.00    | 16.00-16.40    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой                   | 17.00-18.00     | 17.00-18.00    | 17.00-18.00    | 16.40-18.00    |
| <b><i>Третий период реализации Программы</i></b>                                                  |                 |                |                |                |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.30-8.30       | 7.30-8.30      | 7.30-8.30      | 7.30-8.30      |
| Завтрак                                                                                           | 8.30-9.00       | 8.30-9.00      | 8.30-9.00      | 8.30-9.00      |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                | 9.00-9.20       | 9.00-9.15      | 9.00-9.15      | -              |
| Второй завтрак <sup>18</sup>                                                                      | 10.00-10.10     | 10.10-10.20    | 10.30-10.40    | 10.40-10.50    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки                      | 9.20-11.45      | 9.15-11.50     | 9.15-11.55     | 9.00-12.00     |
| Обед                                                                                              | 12.00-12.20     | 12.00-12.20    | 12.05-12.25    | 12.10-12.30    |
| Подготовка ко сну, сон,                                                                           | 12.20-15.00     | 12.20-15.00    | 12.25-15.00    | 12.30-15.00    |
| Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность                    | 15.00-15.30     | 15.00-15.30    | 15.00-15.30    | 15.00-15.30    |
| Полдник                                                                                           | 15.30-16.00     | 15.30-16.00    | 15.30-16.00    | 15.30-16.00    |

| <b>Содержание</b>                                                   | <b>3-4 года</b> | <b>4-5 лет</b> | <b>5-6 лет</b> | <b>6-7 лет</b> |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| Игры, самостоятельная деятельность детей                            | 16.00-16.30     | 16.00-16.30    | 16.00-16.30    | 16.00-16.30    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 16.30-18.00     | 16.30-18.00    | 16.30-18.00    | 16.30-18.00    |

За счет гибкой структуры распорядок дня позволяет обеспечить «поточность» и плавный переход от одних режимных моментов к другим. Контроль за выполнением режимов дня в ДОО осуществляют: заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра, педагоги, родители (законные представители).