

### 3.2. Режим дня

Режим дня устанавливается дошкольной образовательной организацией самостоятельно с учетом:

- времени пребывания детей в образовательной организации (организации, группе);
- новых требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013);
- федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;
- специфики условий (климатических, демографических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса;
- времени года и др.

#### Режим дня для детей 2-3 лет на холодный период (1 младшая группа)

Режимные моменты	Время
Приём детей на воздухе, индивидуальное общение воспитателя с детьми, игры, самостоятельная деятельность	7.00 -8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.55
Подготовка к образовательной деятельности	8.55-9.00
Образовательные ситуации (по подгруппам).	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 -11.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.00-11.20
Обед	11.20-11.50
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья.	15.00-15.20
Подготовка к образовательной деятельности	
Образовательные ситуации	15.20-15.30
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.30-16.00
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.00 -16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.40-19.00

#### Режим дня для детей 2-3 лет на теплый период

Режимные моменты	Время
Прием детей на свежем воздухе, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.20

Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, солнечные и воздушные ванны, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла)	9.00-11.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.30-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.30-15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.20- 19.00

### **Режим дня для детей 3-4 лет на холодный период**

Режимные моменты	Время
Приём детей на воздухе, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.55
Подготовка к образовательной деятельности	8.55-9.00
Образовательные ситуации (по подгруппам)	9.00 - 10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20- 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья. Самостоятельная деятельность детей	15.00-15.30
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Культурные практики.	15.30-16.00
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00

### **Режим дня для детей 3-4 лет на теплый период года**

Режимные моменты	Время
Прием и детей на свежем воздухе, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, солнечные и воздушные ванны, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла)	9.00-11.30

Второй завтрак	10.30 -10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.30-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.30-15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.20- 19.00

**Режим дня для детей 4-5 лет на холодный период  
(средняя группа)**

Режимные моменты	Время
Приём детей на воздухе, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.55
Подготовка к образовательной деятельности	8.55-9.00
Образовательные ситуации.	9.00-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.00-15.20
Игры, досуги, общение, культурные практики и самостоятельная деятельность детей по интересам	15.20-16.00
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник.	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-19.00

**Режим дня для детей 4-5 лет на теплый период года**

Режимные моменты	Время
Прием и детей на свежем воздухе, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, солнечные и воздушные ванны, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла)	9.00-11.30
Второй завтрак	10.30 -10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.30-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.30-15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.20- 19.00

**Режим дня для детей 5-6 лет на холодный период  
(старшая группа)**

Режимные моменты	Время
Приём детей на воздухе, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.55
Подготовка к образовательной деятельности	8.55-9.00
Образовательные ситуации.	Понедельник, вторник Среда, пятница Четверг
	9.00 – 9.25 9.35 – 9.55 9.00 – 9.25 10.00 – 10.25 9.00 – 9.25 11.55 – 12.15
Второй завтрак	10.25-10.35 Четверг 10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.35 - 12.15
Подготовка к образовательной деятельности.	Четверг 10.10 – 11.45 11.45 -11.55
Подготовка к обеду, обед	12.15-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья. Игры, досуги, общение и деятельность по интересам.	15.00-15.15
Подготовка к образовательной деятельности. Образовательные ситуации. (Понедельник, среда, пятница) Самостоятельная деятельность детей. Культурные практики	15.15-16.00
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник.	16.00-16.30
Культурные практики. Самостоятельная деятельность детей	16.30 -17.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00-19.00

**Режим дня для детей 5-6 лет на теплый период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей на свежем воздухе, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, солнечные и воздушные ванны, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла)	9.00-12.10

Второй завтрак	10.30 -10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.30-15.50
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.20- 19.00

**Режим дня для детей 6 -7 лет на холодный период**  
(подготовительная к школе группа)

Режимные моменты	Время
<b>Приём, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика</b>	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Подготовка к	8.55-9.00
Образовательные ситуации.	9.00-9.30
Понедельник	9.40-10.10 11.45 – 12.15
Вторник	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20 – 10.50
Среда	9.00-9.30 10.35 – 11.05
Четверг	9.00 - 9.30
Пятница	9.00 – 9.30 10.35 – 11.05
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятие физической культурой возвращение с прогулки.	Понедельник 10-20 -11.30 11.00 – 12.30 Вторник 11.15 -12.30 Среда 10.20 – 12.30 Четверг 11.15 – 12.30 Пятница
Подготовка к образовательной деятельности	11.30-11.45

Понедельник	
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья.	15.00-15.10
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Подготовка к образовательной деятельности. Образовательные ситуации. Культурные практики.	15.10-16.00
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.00-16.30
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Культурные практики.	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00-19.00

### **Режим дня для детей 6-7 лет на теплый период**

Режимные моменты	Время
Прием детей на свежем воздухе, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, солнечные и воздушные ванны, образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла)	9.00-12.10
Второй завтрак	10.30 -10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья	15.30-15.50
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.20- 19.00