

Утверждаю:  
заведующий МБДОУ «Детский сад № 94»  
Н.Г. Федорова  
приказ № 37 от «31» августа 2023г.

## **Режим дня обучающихся**

**в муниципальном бюджетном дошкольном  
образовательном учреждении  
«Детский сад № 94 «Чебурашка»  
на 2023-2024 учебный год  
(2 корпус )**

**Прокопьевский ГО, 2023г.**

**Режим дня (холодный период)**

<b>Группа</b>	<b>младшая</b>	<b>средняя</b>	<b>подготовительная</b>
<b>Возраст</b>	<b>от 3 до 4 лет</b>	<b>от 4 до 5 лет</b>	<b>от 6 до 7 лет</b>
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 - 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50	8.20 – 8.45	8.20 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00 - 9.40	9.00 - 9.55	9.00 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.40 – 11.40	9.55 – 11.40	10.45 - 12.05
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.40 - 11.45	11.40 – 11.50	12.05 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	11.45- 12.00	11.50 – 12.10	12.15 – 12.35

Подготовка ко сну	12.00-12.15	12.10-12.20	12.35-12.45
Дневной сон	12.15 - 15.15	12.20 – 15.00	12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.15 - 15.20	15.00 – 15.20	15.15 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	16.00 - 16.45	16.00 – 16.40	16.00- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 – 17.20	16.40 – 17.25	16.30– 17.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	17.25- 17.30	17.15- 17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30– 17.40
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	17.40-19.00	17.40-19.00

### Режим дня (тёплый период)

<b>Группа</b>	<b>младшая</b>	<b>средняя</b>	<b>подготовительная</b>
<b>Возраст</b>	<b>от 3 до 4 лет</b>	<b>от 4 до 5 лет</b>	<b>от 6 до 7 лет</b>
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 - 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50	8.20 – 8.50	8.20 – 8.50
Игры,	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00

самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей			
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Игры, самостоятельная деятельность детей.	9.00-11.45	9.00-11.50	9.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	11.45 - 11.55	11.50 – 12.05	12.15 – 12.25
Закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	11.55- 12.05	12.05 – 12.15	12.25 – 12.35
Подготовка ко сну	12.05-12.15	12.15-12.20	12.35-12.45
Дневной сон	12.15 - 15.15	12.20 – 15.00	12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.15- 15.20	15.00-15.20	15.15-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-16.00	15.20-15.45	15.20-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, экспериментирование). Игры, досуги,	16.00-17.30	15.45-17.30	15.40-17.30

общение и деятельность по интересам, театрализация, сюжетно-ролевые игры, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности			
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30– 17.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50
Прогулка, игры, уход детей домой	17.50 – 19.00	17.50 – 19.00	17.50 – 19.00
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	5ч.15м.	5ч.20м.	5ч.45м.
Продолжительность прогулок (не менее 3 ч.)	3ч.15м.	3ч.10м.	3ч.05м.
Интервал между приемами пищи (3-4 ч.)	3ч.	3ч.	3ч.05м.
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.; 3ч. гр. раннего возраста)	3ч.	2ч.40м.	2ч.30м.
Самостоятельная деятельность	3ч.	3ч.40м.	3ч.50м.

(3-4ч.)			
---------	--	--	--

Утверждаю:  
заведующий МБДОУ «Детский сад № 94»  
\_\_\_\_\_ Н.Г. Федорова  
приказ № 37 от «30» августа 2023г.

## РЕЖИМ ДНЯ

Младшая группа «Колокольчик»

(холодный период)

Вид деятельности	Время в режиме дня	Длительность
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 - 8.20	1ч.20м.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50	30м.
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.50 – 9.00	10м.
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00 - 9.40	40м.
Подготовка к прогулке	9.40-9.50	10м.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.50 – 11.40	1ч.50м.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.40 - 11.45	5м.
Подготовка к обеду, обед	11.45- 12.00	15м.
Подготовка ко сну	12.00-12.15	15м.
Дневной сон	12.15 - 15.15	3ч.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.15 - 15.20	5м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00	40м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	16.00 - 16.30	30м.
Подготовка к прогулке,	16.30-16.40	10м.
Прогулка	16.40 – 17.20	40м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	10м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей,	17.40-19.00	1ч.20м.

уход домой (прогулка)		(45 мин прогулка)
<b>Общий подсчет времени</b>		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч. )	07.00 – 12. 15	<b>5 часов 15 минут</b>
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 50м. II– 40 мин III- 45 мин	<b>3 часа 15мин.</b>
Прием пищи (3-4 ч.)	<b>Завтрак – обед</b> 08.20– 11.45 <b>3ч.25мин.</b>  <b>Обед -</b> <b>Полдник</b> 11.45 - 15.20 <b>3ч 35мин</b>  <b>Полдник -</b> <b>Ужин</b> 15.20- 17.30 <b>2 часа 10мин.</b>	<b>Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа 25мин.</b>
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом <b>рекомендуется</b> дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.	
Продолжительность дневного сна (3 ч.)	12.15 – 15.15	<b>3 часа</b>
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		<b>3 часа 5 мин</b>
ООД (30мин.)	09.00 – 09.15 09.25 – 09.40	<b>15 мин</b> <b>15 мин</b>
Интервал между занятиями	<b>не менее 10 мин</b>	

Утверждаю:  
 заведующий МБДОУ «Детский сад № 94»  
 \_\_\_\_\_ Н.Г.  
 Федорова  
 приказ № 37 от «30» августа 2023г.

## РЕЖИМ ДНЯ

Средняя группа «Пчелки»

(холодный период)

Вид деятельности	Время в режиме дня	Длительность
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 – 8.20	1ч.20м.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.45	25м.
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.45 – 9.00	15м.
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00 - 9.55	55м.
Подготовка к прогулке,	9.55-10.05	10м.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.05 – 11.40	1ч.35м.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.40 – 11.50	10м.
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.10	20м.
Подготовка ко сну	12.10-12.20	10м.
Дневной сон	12.20 – 15.00	2ч.40м.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.20	20м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00	40м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	16.00 – 16.30	30м.
Подготовка к прогулке	16.30-16.40	10м.
Прогулка	16.40 – 17.25	45м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.25- 17.30	5м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	1ч.20м. (50 мин. прогулка)
<b>Общий подсчет времени</b>		

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч. )	07.00 – 12.20	<b>5 часов 20 мин.</b>
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 35 мин II– 45 мин III- 50 мин	<b>3 часа 10 мин</b>
Прием пищи (3-4 ч.)	<b>Завтрак – обед 8.20 – 11.50 3 ч 30 мин</b>  <b>Обед - Полдник 11.50 - 15.20 3 ч 30 мин</b>  <b>Полдник- Ужин 15.20 - 17.30 2ч. 10 мин.</b>	<b>Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа 10 мин</b>
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом <b>рекомендуется</b> дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.)	12.20- 15.00	<b>2 часа 40 минут</b>
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		<b>3 часа 25 минут</b>
ООД (40мин.)	09.00 – 09.20 09.35 – 09.55	<b>20 мин 20 мин</b>
Интервал между занятиями	<b>не менее 10 мин</b>	

Утверждаю:  
заведующий МБДОУ «Детский сад № 94»  
Н.Г. Федорова  
приказ № 37 от «30» августа 2023г.

## РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа «Ягодка»

(холодный период)

Вид деятельности	Время в режиме дня	Длительность
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 – 8.20	1ч.20м.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	30м.
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.50 – 9.00	10м.
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00 – 10.45	1ч.45м.
Подготовка к прогулке	10.45-10.55	10м.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	10.55 - 12.05	1ч.10м.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	12.05 – 12.15	10м.
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.35	20м.
Подготовка ко сну	12.35-12.45	10м.
Дневной сон	12.45 – 15.15	2ч.30мин
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.15 – 15.20	5м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00	40м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	16.00 - 16.30	30м.
Подготовка к прогулке	16.30-16.35	5 м.

Прогулка	16.35– 17.15	40м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.15- 17.30	15м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30– 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	1ч.20м. (1ч.10 мин. прогулка)
<b>Общий подсчет времени</b>		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12.45	<b>5 часов 45 минут</b>
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 10 мин II – 40мин. III– 1 час 10 мин.	<b>3 часа</b>
Прием пищи (3-4 ч.)	<b>Завтрак – обед</b> 08.20 – 12.15 <b>3 ч 55 мин</b>  <b>Обед - Полдник</b> 12.15 - 15.20 <b>3ч 05мин</b>  <b>Полдник-Ужин</b> 15.20 - 17.30 <b>2ч 10м.</b>	<b>Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа</b>
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом <b>рекомендуется</b> дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (2-2,5 ч.)	12.45 – 15.15	<b>2 часа 30 минут</b>
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		<b>3 часа 05мин</b>
ООД (1ч.30м.)	09.00 - 09.30 10.15 – 10.45 16.00-16.30	<b>30 мин 30 мин 30 мин</b>
Интервал между занятиями	<b>не менее 10 мин</b>	

Пропиновано, пронумеровано  
и скреплено печатью

Дантов  
Заведующий МБДОУ  
Федорова Н.Г.



*[Handwritten signature]*