

Утверждаю:
заведующий МБДОУ «Детский сад
Н.Г. Федо
приказ от «31» августа 2021 г № 39



Режим дня обучающихся

**В муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении
«Детский сад № 94 «Чебурашка»
на 2021-2022 учебный год**

Режим дня (холодный период)

Группа	Раннего возраста	Раннего возраста	младша я	средняя	старшая	подготови тельная
Возраст	от 1,5 до 2 лет	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20	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	8.20 – 8.45	8.20 – 8.55	8.20 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	8.55 – 9.00	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00 - 9.40	9.00 - 9.55	9.00 – 10.25	9.00 – 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по	9.10-11.10	9.10-11.20	9.40 – 11.40	9.55 – 11.40	10.25 - 12.00	10.45 - 12.05

интересам)						
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.10 – 11.20	11.20 – 11.30	11.40 - 11.45	11.40 – 11.50	12.00 – 12.10	12.05 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	11.20 -11.45	11.30 - 11.50	11.45-12.00	11.50 – 12.10	12.10 – 12.30	12.15 – 12.35
Подготовка ко сну	11.45-12.00	11.50-12.00	12.00-12.15	12.10-12.20	12.30-12.40	12.35-12.45
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.15 - 15.15	12.20 – 15.00	12.40 – 15.10	12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.15 - 15.20	15.00 – 15.20	15.10 – 15.20	15.15 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	15.30-16.10	15.30-16.30	16.00 - 16.45	16.00 – 16.40	16.00 – 16.25	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.20	16.30-17.20	16.45 – 17.20	16.40 – 17.25	16.25 – 17.15	16.30–17.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	17.20-17.30	17.20-17.30	17.25-17.30	17.15-17.30	17.15-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30- 17.40	17.30-17.40	17.30 – 17.40	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	17.40-19.00	17.40-19.00	17.40-19.00

Режим дня (тёплый период)

Группа	раннего возраста	раннего возраста	младша я	средняя	старшая	подготови тельная
Возраст	от 1,5 до 2 лет	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20	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	8.20 – 8.50	8.20 – 8.50	8.20 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Игры, самостоятельная деятельность детей.	9.00-11.20	9.00-11.30	9.00-11.45	9.00-11.50	9.00-12.10	9.00-12.15

Подготовка к обеду, обед	11.20 – 11.35	11.30 – 11.40	11.45 - 11.55	11.50 – 12.05	12.10 – 12.20	12.15 – 12.25
Закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	11.35 -11.45	11.40 - 11.50	11.55- 12.05	12.05 – 12.15	12.20 – 12.30	12.25 – 12.35
Подготовка ко сну	11.45-12.00	11.50- 12.00	12.05- 12.15	12.15- 12.20	12.30-12.40	12.35-12.45
Дневной сон	12.00-15.00	12.00- 15.00	12.15 - 15.15	12.20 – 15.00	12.40 – 15.10	12.45 – 15.15
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	15.00- 15.20	15.15- 15.20	15.00- 15.20	15.10-15.20	15.15-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-16.00	15.20- 16.00	15.20- 16.00	15.20- 15.45	15.20-15.40	15.20-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, экспериментирование). Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, сюжетно-ролевые игры, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельность	16.00- 17.30	16.00- 17.30	16.00- 17.30	15.45- 17.30	15.40-17.30	15.40-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.40	17.30- 17.40	17.30 – 17.40	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	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	17.50 – 19.00	17.50 – 19.00	17.50 – 19.00
Общий подсчет времени						

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	5ч.	5ч.	5ч.15м.	5ч.20м.	5ч.40м.	5ч.45м.
Продолжительность прогулок (не менее 3 ч.)	3ч.10м.	3ч.20м.	3ч.20м.	3ч.20м.	3ч.15м.	3ч.15м.
Интервал между приемами пищи (3-4 ч.)	3ч.	3ч.	3ч.	3ч.	3ч.	3ч.05м.
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.; 3ч. гр. раннего возраста)	3ч.	3ч.	3ч.	2ч.40м.	2ч.30м.	2ч.30м.
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)	3ч.	3ч.	3ч.	3ч.40м.	3ч.45м.	3ч.50м.

РЕЖИМ ДНЯ

Группа раннего возраста «Матрешка»

(холодный период)

Вид деятельности	Время в режиме дня	Длительность
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика	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	9.00-9.10	10м.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.10-11.10	2ч.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.10 – 11.20	10м.
Подготовка к обеду, обед	11.20 -11.45	25м.
Подготовка ко сну,	11.45-12.00	15м.
Дневной сон	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	20м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.30-16.10	40м.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.20	1ч.10м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	10м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30- 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	1ч.20м.
Общий подсчет времени		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12.00	5 часов
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 2 ч. II – 1 ч.10м.	3 часа 10 мин.
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 08.20– 11.20 3 ч Обед -	Интервал приема пищи в среднемсоставил - 3 часа

	Полдник 11.20-15.20 4ч Полдник - Ужин 15.20- 17.30 2 часа 10 мин.	
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (3ч. гр. раннего возраста)	12.00 – 15.00	3 часа
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 20 мин
ООД (10мин.)	09.00 – 09.10 16.00- 16.10	10 мин 10 мин
Интервал между занятиями	10 мин	

Вторая группа раннего возраста «Ягодка»

(холодный период)

Вид деятельности	Время в режиме дня	Длительность
Утренний приём, осмотр, игры, общение ежедневная утренняя гимнастика	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	9.00-9.10	10м.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.10-11.20	2ч. 10м.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	11.20 – 11.30	10м.
Подготовка к обеду, обед	11.30 -11.50	20м.
Подготовка ко сну	11.50-12.00	10м.
Дневной сон	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20	20м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, ДОП	15.30-16.30	1ч.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.20	50м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	10м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30- 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	1ч.20м. (30мин.прогулка)
Общий подсчет времени		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12.00	5 часов
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 2 ч.10м. II– 50 м. III- 30м.	3 часа 30 мин.
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 08.20– 11.30	Интервал приема пищи в среднемсоставил - 3 часа

	3 ч 10 мин Обед - Полдник 11.30-15.20 3ч 50 мин Полдник - Ужин 15.20- 17.30 2 ч.10м.	
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (3ч. гр. раннего возраста)	12.00 – 15.00	3 часа
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 20 мин
ООД (20мин.)	09.00 – 09.10 16.20- 16.30	10 мин 10 мин
Интервал между занятиями	10 мин	

РЕЖИМ ДНЯ

Младшая группа «Сказка»

(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, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.40 – 11.40	2ч.
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 - 16.45	45м.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 – 17.20	35м.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.20-17.30	10м.
Подготовка к ужину, ужин	17.30 – 17.40	10м.
Самостоятельная деятельность детей, уход домой (прогулка)	17.40-19.00	1ч.20м. (45 мин прогулка)
Общий подсчет времени		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12. 15	5 часов 15 минут
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 2 час II– 35 мин III- 45 мин	3 часа 20мин.
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 08.20– 11.45 3ч.25мин.	Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа 25мин.

	Обед - Полдник 11.45 - 15.20 3ч 35мин	
	Полдник - Ужин 15.20- 17.30 2 часа 10мин.	
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.	
Продолжительность дневного сна (3 ч.)	12.15 – 15.15	3 часа
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 5 мин
ООД (30мин.)	09.00 – 09.15 09.25 – 09.40	15 мин 15 мин
Интервал между занятиями	не менее 10 мин	

РЕЖИМ ДНЯ

Средняя группа «Лесовичок»

(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, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	9.55 – 11.40	1ч.45м.
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 – 16.40	40м.
Подготовка к прогулке, 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)
Общий подсчет времени		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12.20	5 часов 20 мин.
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 45 мин II – 45 мин III – 50 мин	3 часа 20 мин
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 8.20 – 11.50 3 ч 30 мин	Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа 10 мин

	Обед - Полдник 11.50 - 15.20 3 ч 30 мин	
	Полдник- Ужин 15.20 - 17.30 2ч. 10 мин.	
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.)	12.20- 15.00	2 часа 40 минут
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 25 минут
ООД (40мин.)	09.00 – 09.20 09.35 – 09.55	20 мин 20 мин
Интервал между занятиями	не менее 10 мин	

РЕЖИМ ДНЯ

Старшая 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 – 8.55	35м.
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.55 – 9.00	5м.
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе	9.00 – 10.25	1ч.25м
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	10.25 - 12.00	1ч.35м.
Возвращение с прогулки. Чтение художественной литературы	12.00 – 12.10	10м.
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30	20м.
Подготовка ко сну	12.30-12.40	10м.
Дневной сон	12.40 – 15.10	2 ч.30м.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.20	10м.
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00	40м.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность, кружки, ДОП	16.00 – 16.25	25м.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25 – 17.15	50м.
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. (50 мин. прогулка)
Общий подсчет времени		
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)	07.00 – 12. 40	5 часов 40 мин.
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 45мин II– 50 мин III-50 мин	3 часа 15 мин.
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 8.20 – 12.10 3 ч. 50м.	Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа

	Обед - Полдник 12.10-15.20 3 ч.10м. Полдник-Ужин 15.20- 17.30 2ч.10м.	
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.	
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.)	12.40– 15.10	2 час 30 мин.
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 30 мин
ООД (50-75 мин.)	09.00 – 09.25 10.00 – 10.25 16.00-16.25	25 мин 25 мин 25 мин
Интервал между занятиями	10 мин	

РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа «Ромашка»

(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.45мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	10.45 - 12.05	1ч.20м.
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, прогулка	16.30– 17.15	45 м.
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)
Общий подсчет времени		
Максимальная	07.00 – 12.45	5 часов

продолжительность непрерывного бодрствования (5,5-6ч.)		45 мин.
Продолжительность прогулок (3-4ч.)	I – 1 час 20 мин II – 45м. III– 1 час 10 мин	3 часа 15мин.
Прием пищи (3-4 ч.)	Завтрак – обед 08.20 – 12.15 3 ч 55 мин Обед - Полдник 12.15 - 15.20 3 ч 05мин Полдник-Ужин 15.20 - 17.30 2ч.10м.	Интервал приема пищи в среднем составил - 3 часа
Пояснение	В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты	
Продолжительность дневного сна (2,5 ч.)	12.45 – 15.15	2 часа 30 мин.
Самостоятельная деятельность (3-4ч.)		3 часа 05мин
ООД (1ч.30 мин.)	09.00 - 09.30 10.15 – 10.45 16.00-16.30	30 мин 30 мин 30 мин
Интервал между занятиями	не менее 10 мин	

прошнуровано и скреплено печатью 18 листов

Заведующий

МБДОУ «Детский сад №4» ИТ. Федорова

« 31 » 08 2021г.

