

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ №18 «Яблонька» И ЕГО ФИЛИАЛОВ

Режим дня в группах с 1-го года до 3-х лет

	Ранний возраст 1-2 года	1-я младшая группа (2-3 года)
Холодный период года		
Прием детей, самостоятельная деятельность, совместная партнерская деятельность	7.30-7.50	7.30-7.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, совместная партнерская деятельность	8.30-9.00	8.30-9.00
Занятия (по подгруппам включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	9.00-9.10 9.10-9.20	9.00-9.10/ 9.10-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-9.20	9.10-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.20	9.20-11.20
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность.	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность, чтение худ. литературы	15.30-16.00	15.25-16.00
Занятия (по подгруппам включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	16.00-16.10/ 16.10-16.20	16.00-16.10/ 16.10-16.20
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.20-17.30	16.20-17.30
Уход детей домой.	17.30	17.30
Теплый период года		
Прием детей, самостоятельная деятельность, совместная партнерская деятельность	7.30-7.50	7.30-7.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, совместная партнерская деятельность	8.30-9.00	8.30-9.00
Занятия (по подгруппам включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	9.00-9.10 9.10-9.20	9.00-9.10/ 9.10-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-9.20	9.10-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.20	9.20-11.20
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность.	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15-15.25

Игры, самостоятельная деятельность, чтение худ. литературы	15.30-16.00	15.25-16.00
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.00-17.30	16.00-17.30
Уход детей домой.	17.30	17.30

Режим дня в дошкольных группах

	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период года				
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.30-7.55	7.30-7.45	7.30-8.05	7.30-8.25
Утренняя гимнастика	7.55-8.05	7.45-7.55	8.05-8.15	8.25-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.05-8.15	7.55-8.15	8.15-8.25	–
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.40	8.15-8.35	8.25-8.50	8.35-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.00	8.35-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.15 9.30-9.45	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.55-10.20	9.00-9.30 9.40-10.10 10.30-11.00
Второй завтрак* (или увеличивается калорийность основного завтрака)	9.45-9.55	9.50-10.00	9.45-9.55	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.45-11.45	10.00-12.00	10.20-12.20	11.00-12.30
Возвращение с прогулки, игры подготовка к обеду, обед	11.45-12.15	12.00-12.40	12.20-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.15	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.10-15.30	15.15-15.25	15.20-15.25
Занятия (при необходимости)	–	–	15.25-15.50	–
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-16.10	15.50-16.05	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45-16.30	16.10-16.30	16.05-16.30	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30	16.00-17.30
Уход детей домой	17.30	17.30	17.30	17.30
Теплый период года				
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.30-8.00	7.30-8.10	7.30-8.20	7.30-8.30
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40

Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.20-8.45	8.30-8.50	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.40-9.00	8.45 -9.00	8.50-9.00	9.00-9.30
Занятия на свежем воздухе (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.30-10.00
Второй завтрак* (или увеличивается калорийность основного завтрака)	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Прогулка, игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные процедуры	9.15-11.45	9.20-12.00	9.25-12.20	10.10-12.30
Возвращение с прогулки, игры подготовка к обеду, обед	11.45-12.15	12.00-12.40	12.20-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.15	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.10-15.30	15.15-15.30	15.20-15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.45	15.45-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.51-16.30	15.50-16.30	15.45-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30
Уход детей домой	17.30	17.30	17.30	17.30

*пункт 8.1.2.1.СанПиН 2.3/2..3590-20

Согласно [пункту 2.10](#) СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. МБДОУ обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.