

Утверждаю  
Заведующая МБДОУ д/с №13 «Сказка»



О.П. Редченко

Режим дня МБДОУ д/с № 13 «Сказка»

2023 г.

Режим дня в группе детей рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4:3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

#### **Режим дня для детей от 3 до 4 лет**

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка (гимнастика)	7:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:45
Игры, подготовка к занятиям	8:45–9:00
Занятия	9:00–9:40
Игры, самостоятельная деятельность	9:40–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20–11:40
Подготовка к обеду, обед	11:40–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:20–16:20
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	16:50–19:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	8:50–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия на прогулке	10:20–11:40
Подготовка к обеду, обед	11:40–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:10
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	15:10–16:20
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:50–19:00

### Режим дня для детей от 4 до 5 лет

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка (гимнастика)	7:00–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
Игры, подготовка к занятиям	8:50–9:00
Занятия	9:00–9:50
Игры, самостоятельная деятельность	9:50–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20–11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:20–16:20

Содержание	Время
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	16:50–19:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	8:50–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия на прогулке	10:20–11:40
Подготовка к обеду, обед	11:40–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:10
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	15:10–16:20
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:50–19:00

#### Режим дня для детей от 5 до 6 лет

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка (гимнастика)	7:00–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
Игры, подготовка к занятиям	8:50–9:00
Занятия	9:00–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20–11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:030–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:10–16:30
Подготовка к ужину, ужин	16:30–17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	17:00–19:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8:30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–8:50
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	8:50–10:00

Содержание	Время
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия на прогулке	10:20–11:40
Подготовка к обеду, обед	11:40–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:10
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	15:10–16:20
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей уход домой	16:40–19:00

### Режим дня для детей от 6 до 7 лет

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка (гимнастика)	7:00–8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–8:50
Игры, подготовка к занятиям	8:50–9:00
Занятия	9:00–11:00
Второй завтрак	10:10–10:30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:030–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:05
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:05–16:30
Подготовка к ужину, ужин	16:30–17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	17:00–19:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8:30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–8:50
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	8:50–10:00
Второй завтрак	10:00–10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия на прогулке	10:20–11:40
Подготовка к обеду, обед	11:40–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:10

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей, продуктивная деятельность	15:10–16:20
Подготовка к ужину, ужин	16:20–16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей уход домой	16:40–19:00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022114

Владелец Редченко Ольга Петровна

Действителен с 14.04.2023 по 13.04.2024