

Режим и распорядок дня

Режим дня в группе детей от 1,5-х до 3-х лет (в соответствии с приказом о функционировании ДОО)

Режимы дня в группе детей от 2 м. до 1.6 лет (в настоящее время такой группы нет)

Режим дня в группе детей от 1,6-х до 3-х лет *первый/второй период реализации Программы*

Режимные мероприятия		
Наименование	Содержание деятельности	Время
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, прогулка, утренний круг	7.30 – 8.30
Утренняя зарядка (группа)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 – 9.00
Прогулка*, двигательная деятельность, занятия**	Самостоятельная деятельность, занятия, занятия со специалистами (с 10 мин перерывом), отдых, игры. Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: игры. Возвращение с прогулки: переодевание, игры, занятия.	9.00 – 11.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 11.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 – 12.30
Дневной сон	Подготовка к дневному сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровать. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, переодевание	12.30 – 15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры.	16.00 – 16.50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность, и уход домой	16.50 – 18.00

Режим дня в группе детей от 3 до 4 лет *первый/второй период реализации Программы*

Режимные мероприятия

Наименование	Содержание деятельности	Время
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, прогулка, утренний круг	7.30 – 8.30
Утренняя зарядка (группа)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.05 – 8.15
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 – 9.00
Прогулка*, двигательная деятельность, занятия**	Самостоятельная деятельность, занятия, занятия со специалистами (с 10 мин перерывом), отдых, игры. Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: игры. Возвращение с прогулки: переодевание, игры, занятия.	9.00 – 12.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 11.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 – 13.00
Дневной сон	Подготовка к дневному сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровать. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, переодевание	13.00 – 15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры.	16.00 – 16.50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность, и уход домой	16.50 – 18.00

Режим дня в группе детей от 4 до 5 лет
первый/второй период реализации Программы

Режимные мероприятия		
Наименование	Содержание деятельности	Время
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, прогулка, утренний круг	7.30 – 8.30
Утренняя зарядка (спортивный зал)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.05 – 8.15
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 – 9.00
Прогулка*, двигательная, занятия**	Самостоятельная деятельность, занятия, занятия со специалистами (с 10 мин перерывом), отдых, игры. Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: игры. Возвращение с прогулки: переодевание, игры, занятия.	9.00 – 12.00

Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 11.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 – 13.00
Дневной сон	Подготовка к дневному сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровать. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, переодевание	13.00 – 15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры.	16.00 – 16.50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность, и уход домой	16.50 – 18.00

Режим дня в группе детей от 5 до 6 лет
первый/второй период реализации Программы

Режимные мероприятия		
Наименование	Содержание деятельности	Время
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, прогулка, утренний круг	7.30 – 8.30
Утренняя зарядка (спортивный зал)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	7.50 – 8.00
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 – 9.00
Прогулка*, двигательная деятельность Образовательная, занятия**	Самостоятельная деятельность, занятия, занятия со специалистами (с 10 мин перерывом), отдых, игры. Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: игры. Возвращение с прогулки: переодевание, игры, занятия.	9.00 – 12.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 11.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 – 13.00
Дневной сон	Подготовка к дневному сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровать. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, переодевание, занятия	13.00 – 15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 16.00

Занятие**	Занятия, игры	16.00 – 16.25
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры, занятия	16.25 – 16.50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность, и уход домой	16.50 – 18.00

**Режим дня в группе детей от 6 до 7 лет
первый/второй период реализации Программы**

Режимные мероприятия		
Наименование	Содержание деятельности	Время
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, прогулка, утренний круг	7.30 – 8.30
Утренняя зарядка (спортивный зал)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.20 – 8.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	8.30 – 9.00
Прогулка*, двигательная деятельность, занятия**	Самостоятельная деятельность, занятия*, занятия со специалистами (с 10 мин перерывом), отдых, игры. Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: игры. Возвращение с прогулки: переодевание, игры, занятия.	9.00 – 12.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 11.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 – 13.00
Дневной сон	Подготовка к дневному сну: гигиенические процедуры, переодевание, укладывание в кровать. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, переодевание, занятия	13.00 – 15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры, занятия	16.00 – 16.50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность, и уход домой	16.50 – 18.00

* - не менее 1,5 часа.

** - образовательная деятельность осуществляется с учетом перспективного плана педагога и учетом текущей ситуации в группе, а так же на основе инициативы детей

Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
------------	----------	---------	---------	---------

<i>Третий период реализации Программы</i>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00	9.00-12.00
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00