

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от «28» августа 2023г №148  
Заведующий МБДОУ «Детский  
сад комбинированного вида №124»

\_\_\_\_\_ О.Н Митрофанова

**Режим дня**  
**2023 – 2024 учебный год.**

**Режим дня в группе детей от 2-х до 3-х лет**

Содержание	Время
<i>Холодный период года</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00 -8.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.10-8.20
Завтрак	8.20 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 -9.20
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.20–9.30 9.40-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50.-11.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.40

Обед	11.40-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 –15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, образовательная деятельность	15.50–16.50
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	16.50–17.00
Ужин	17.00 -17.20
Подготовка к прогулке	17.20-17.30
Игры, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.30 -19.00
<b><i>Теплый период года</i></b>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку	8.10-8.20
Завтрак	8.20 – 8.50

Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.20
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.20–11.30 9.40–9.50 9.50–10.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду,	11.30.-11.40
Обед	11.40-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 –15.20
Полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	15.40–16.40
Подготовка к ужину	16.40-16.50
Ужин	16.50–17.10
Подготовка к прогулке	17.10-17.20
Игры, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.20 -19.00

### Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3—4 года	4—5 лет	5—6 лет	6—7 лет
<i>Холодный период года</i>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20-8.45	8.20-8.45	8.20-8.45	8.20-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45 -9.00	8.45 -9.00	8.45 -9.00	8.45 -9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.40	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	09.40–11.30	10.00–11.55	10.00-12.00	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.30 -11.45	11.55- 12.10	12.00- 12.15	12.10 – 12.20
Обед	11.45-12.00	12.10-12.25	12.15-12.30	12.20-12.35

Дневной сон	12.00-15.00	12.25-15.00	12.30-15.05	12.35-15.05
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.15	15.00-15.15	15.05-15.20	15.05-15.20
Полдник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Образовательная деятельность	-	-	15.35-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30 – 16.30	15.30 -16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	16.30 – 16.45	16.30 -16.45	16.30 -16.40	16.30 -16.40
Ужин	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00
Подготовка к прогулке	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00
<b><i>Теплый период года</i></b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность,	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10

Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20-8.45	8.20-8.45	8.20-8.45	8.20-8.45
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 -9.20	8.45 -9.15	8.45 -9.15	8.45 -9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-11.40	9.15-11.40	9.15-11.45	9.00-11.50
Обед	11.40-12.00	11.40-12.00	11.45-12.05	11.50-12.10
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.20	12.00-15.20	12.05-15.30	12.10-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30
Ужин	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Подготовка к прогулке	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**Сертификат** 00 95 73 bc f3 81 9c 62 c4 2d e0 28  
92 14 a9 f4 dc

**Владелец** Митрофанова Ольга Николаевна  
**Действителен** с 22.12.2022 по 16.03.2024