

МДОУ Детский сад № 15 «Росинка»

Примерный режим дня в группах раннего возраста

Таблица 1

Режимные моменты	Время / группа		
	1 год-1,6 года	1,6 лет-2 года	2-3 года
1	2	3	4
Холодный период года (сентябрь – май)			
Прием детей, осмотр, измерение температуры, утренняя гимнастика, игра	07.00 – 08.05	07.00 – 08.05	07.00 – 08.08
Подготовка к завтраку, завтрак	08.05 – 08.40	08.05 – 08.35	08.08 – 08.35
Самостоятельная деятельность, игры с предметами	08.40 – 09.30	08.35 – 09.00	08.35 – 09.00
Занятия по подгруппам	-	09.00 – 09.10 09.20 – 09.30	09.00 – 09.15 09.20 – 09.35
Подготовка ко сну, 1-й сон	09.30 – 11.00	-	-
Самостоятельная деятельность, игры с предметами	-	09.30 – 10.05	09.35 – 10.07
Второй завтрак	увеличивается калорийность основного завтрака	10.05 – 10.15	10.07 – 10.17
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, спокойные игры	-	10.15 – 11.45	10.17 – 11.47
Постепенный подъем, бодрящие игры	11.00 – 11.30	-	-
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	11.45 – 12.15	11.47 – 12.17
Подготовка ко сну, сон	-	12.15 – 15.00	12.17 – 15.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	12.00 – 13.00	-	-
Подготовка и проведение игры-занятия 1 (по малым подгруппам)	13.00 – 13.10 13.10 – 13.20	-	-
Подготовка и проведение игры-занятия 2 (по малым подгруппам)	13.40 – 13.50 13.50 – 14.00	-	-
Подготовка к полднику, полдник	14.00 – 14.30		
Подготовка ко сну, 2-й сон	14.30 – 16.00	-	-
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	-	15.00 – 15.30	15.00 – 15.32
Подготовка к полднику, полдник	-	15.30 – 15.50	15.32 – 15.52
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.20	-	-
Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	16.20 – 16.50	15.50 – 17.08	15.52 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	16.50 – 17.20	17.08 – 17.28	17.10 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка	17.20 – 19.00	17.28 – 19.00	17.30 – 19.00
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Прогулка с родителями	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00
Теплый период года (июнь – август)			
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00 – 08.10	07.00 – 08.08	07.00 – 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40	08.08 – 08.38	08.10 – 08.40
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке по подгруппам, прогулка, возвращение с прогулки	-	08.38 – 11.55	08.40 – 12.00
Второй завтрак	увеличивается калорийность основного завтрака	10.05 – 10.15	10.07 – 10.17
Игры, индивидуальная работа с детьми	08.40 – 09.30	-	-
Подготовка ко сну, 1-й сон	09.30 – 11.00	-	-
Постепенный подъем, игры	11.00 – 11.30	-	-

Продолжение табл. 1

1	2	3	4
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	11.55 – 12.25	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон	-	12.25 – 15.00	12.30 – 15.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры – занятия на прогулке в малых подгруппах	12.00 – 13.30	-	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	13.30 – 14.00	-	-
Подготовка к полднику, полдник	14.00 – 14.30	-	-
Подготовка ко сну, 2-й сон	14.00 – 16.00	-	-
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	16.00 – 16.15	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	-	15.30 – 16.20	15.30 – 16.30
Полдник / ужин	16.15 – 16.25	16.20 – 16.40	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.25 – 18.30	16.40 – 18.30	16.50 – 18.30
Игры, уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00

Примерный режим дня во 2-й младшей группе

Таблица 2

Режимные моменты	Время
1	2
Холодный период года (сентябрь – май)	
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00 – 08.10
Завтрак	08.10 – 08.30
Самостоятельная деятельность, игры с предметами	08.30 – 09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00 – 10.09
Второй завтрак	10.09 – 10.19
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.19 – 11.50
Обед	11.50 – 12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	15.50 – 17.10
Ужин	17.10 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.30 – 18.30
Игры, уход детей домой	до 19.00
Теплый период года (июнь – август)	
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	07.00 – 08.15
Завтрак	08.15 – 08.45
Второй завтрак	10.09 – 10.19
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке по подгруппам, прогулка, возвращение с прогулки	08.45 – 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.35
Подготовка ко сну, сон	12.35 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.30
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.30 – 16.35
Полдник / ужин	16.35 – 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.55 – 18.30
Игры, уход детей домой	до 19.00

Примерный режим дня в средней, старшей и подготовительной группах

Таблица 3

Режимные моменты	Время / группа		
	Средняя	Старшая	Подготовит.
1	2	3	4
Холодный период года (сентябрь – май)			
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.14	07.00 – 08.20	07.00 – 08.30
Завтрак	08.14 – 08.44	08.20 – 08.50	08.30 – 08.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	08.44 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00 – 10.10	09.00 – 10.20	09.00 – 10.25
Второй завтрак	10.10 – 10.20	10.20 – 10.30	10.25 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20 – 11.55	10.30 – 12.10	10.35 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	11.55 – 12.25	12.10 – 12.40	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну, сон	12.25 – 15.00	12.40 – 15.00	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Совместная деятельность педагогов с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	15.50 – 17.12	15.50 – 17.20	15.50 – 17.24
Ужин	17.12 – 17.32	17.20 – 17.40	17.24 – 17.44
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.32 – 18.20	17.40 – 18.20	17.44 – 18.20
Игры, уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Теплый период года (июнь – август)			
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.18	07.00 – 08.20	07.00 – 08.22
Завтрак	08.18 – 08.48	08.20 – 08.50	08.22 – 08.52
Второй завтрак	10.15 – 10.25	10.20 – 10.30	10.25 – 10.35
Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке по подгруппам, прогулка, возвращение с прогулки	08.48 – 12.10	08.50 – 12.20	08.52 – 12.25
Обед	12.10 – 12.40	12.20 – 12.50	12.25 – 12.55
Подготовка ко сну, сон	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	12.55 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.30 – 16.40	15.30 – 16.45	15.30 – 16.50
Полдник / ужин	16.40 – 17.00	16.45 – 17.05	16.50 – 17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00 – 18.30	17.05 – 18.20	17.10 – 18.20
Игры, уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00

Ссылка на ФОП ДО – [«Организационный раздел Федеральной Программы. Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах»](#)