

## Режим дня на холодный период года

(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 1.2.3685-21)

| Режимные мероприятия                                                     | Возрастные группы ДОУ   |                         |                             |                             |                             |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                                                                          | 1,6-3 года              | 3-4 года                | 4-5 лет                     | 5-6 лет                     | 6-7 лет                     |
| Прием детей; самостоятельная деятельность детей                          | 7.00-7.55<br>(55 мин)   | 7.00-8.00<br>(60 мин)   | 7.00-8.00<br>(60 мин)       | 7.00-8.00<br>(60 мин)       | 7.00-8.10<br>(70 мин)       |
| Утренняя гимнастика                                                      | 7.55-8.00<br>(5 мин)    | 8.00-8.05<br>(5 мин)    | 8.00-8.07<br>(7 мин)        | 8.00-8.10<br>(10 мин)       | 8.10-8.20<br>(10 мин)       |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                           | 8.00-8.35<br>(35 мин)   | 8.15-8.45<br>(30 мин)   | 8.20-8.45<br>(25 мин)       | 8.20-8.45<br>(25 мин)       | 8.30-8.45<br>(15 мин)       |
| Утренний круг                                                            | 8.35-9.00<br>(25 мин)   | 8.45-9.00<br>(15 мин)   | 8.45-9.00<br>(15 мин)       | 8.45-9.00<br>(15 мин)       | 8.45-9.00<br>(15 мин)       |
| Занятие                                                                  | 9.00-9.08<br>(8 мин)    | 9.00-9.15<br>(15 мин)   | 9.00-9.20<br>(20 мин)       | 9.00-9.25<br>(25 мин)       | 9.00-9.30<br>(30 мин)       |
| Самостоятельная деятельность детей                                       | 9.08-9.18<br>(10 мин)   | 9.15-9.25<br>(10 мин)   | 9.20-9.30<br>(10 мин)       | 9.25-9.35<br>(10 мин)       | 9.25-9.35<br>(10 мин)       |
| Занятие                                                                  | 9.18-9.26<br>(8 мин)    | 9.25-9.40<br>(15 мин)   | 9.30-9.40<br>(20 мин)       | 9.35-10.00<br>(25 мин)      | 9.35-10.05<br>(30 мин)      |
| Самостоятельная деятельность детей                                       | 9.26-9.40<br>(14 мин)   | 9.40-9.50<br>(10 мин)   | 9.40-9.50<br>(10 мин)       | 10.00-10.05<br>(5 мин)      | 10.05-10.10<br>(5 мин)      |
| Второй завтрак                                                           | 9.40-9.55<br>(15 мин)   | 9.50-10.05<br>(15 мин)  | 09.50-10.00<br>(10 мин)     | 10.05-10.15<br>(10 мин)     | 10.10-10.20<br>(10 мин)     |
| Подготовка к прогулке                                                    | 9.55-10.15<br>(20 мин)  | 10.05-10.25<br>(20 мин) | 10.00-10.15<br>(15 мин)     | 10.15-10.30<br>(15 мин)     | 10.20-10.35<br>(15 мин)     |
| Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей                       | 10.15-11.15<br>(1 ч)    | 10.25-11.25<br>(1 ч)    | 10.15-11.55<br>(1 ч 40 мин) | 10.30-12.00<br>(1 ч 30 мин) | 10.35-12.05<br>(1 ч 30 мин) |
| Возвращение с прогулки                                                   | 11.15-11.30<br>(15 мин) | 11.25-11.40<br>(15 мин) | 11.55-12.10<br>(15мин)      | 12.00-12.10<br>(10 мин)     | 12.05-12.15<br>(10 мин)     |
| Подготовка к обеду, обед                                                 | 11.30-12.00<br>(30 мин) | 11.40-12.00<br>(20 мин) | 12.10-12.30<br>(20 мин)     | 12.10-12.30<br>(20 мин)     | 12.15-12.30<br>(15 мин)     |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                           | 12.00-15.00<br>(3 ч)    | 12.00-15.00<br>(3 ч)    | 12.30-15.00<br>(2 ч 30 мин) | 12.30-15.00<br>(2 ч 30 мин) | 12.30-15.00<br>(2 ч 30 мин) |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность | 15.00-15.20<br>(20 мин) | 15.00-15.15<br>(15 мин) | 15.00-15.15<br>(15 мин)     | 15.00-15.15<br>(15 мин)     | 15.00-15.15<br>(15 мин)     |
| Совместная деятельность с детьми, ОД                                     | 15.20-15.50<br>(30 мин) | 15.15-16.00<br>(45 мин) | 15.15-16.10<br>(55 мин)     | 15.15-16.15<br>(1 ч)        | 15.15-16.20<br>(1 ч 05 мин) |
| Подготовка к полднику, уплотненный полдник                               | 15.50-16.20<br>(30 мин) | 16.00-16.25<br>(25 мин) | 16.10-16.30<br>(20 мин)     | 16.15-16.35<br>(20 мин)     | 16.20-16.40<br>(20 мин)     |
| Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа - занятия      | 16.20-16.50<br>(30 мин) | 16.25-16.50<br>(25 мин) | 16.30-16.50<br>(20 мин)     | 16.35-16.50<br>(15 мин)     | 16.40-16.50<br>(10 мин)     |
| Подготовка к прогулке                                                    | 16.50-17.00<br>(10 мин) | 16.50-17.00<br>(10 мин) | 16.50-17.00<br>(10 мин)     | 16.50-17.00<br>(10 мин)     | 16.50-17.00<br>(10 мин)     |
| Прогулка, самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой     | 17.00-19.00<br>(2 ч)    | 17.00-19.00<br>(2 ч)    | 17.00-19.00<br>(2 ч)        | 17.00-19.00<br>(2 ч)        | 17.00-19.00<br>(2 ч)        |
| Дневной сон                                                              | 3 ч.                    | 3 ч                     | 2 ч 30 мин                  | 2ч 30 мин                   | 2 ч 30 мин                  |
| Прогулка в ДОУ                                                           | 3 ч.                    | 3 ч.                    | 3 ч. 40 мин.                | 3 ч 30 мин                  | 3 ч 30 мин                  |
| Всего:                                                                   | 12 ч.                   | 12 ч.                   | 12 ч.                       | 12 ч.                       | 12 ч.                       |

**Режим дня в МДОУ «Детский сад №133».**

**Режим дня на теплый период года**

(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 1.2.3685-21)

| <b>Режимные мероприятия</b>                                                                                                      | <b>Возрастные группы ДОУ</b> |                 |                |                |                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                                                                                                                  | <b>1,6-3 года</b>            | <b>3-4 года</b> | <b>4-5 лет</b> | <b>5-6 лет</b> | <b>6-7 лет</b> |
| Прием детей на участке<br>индивидуальная работа,<br>игровая,<br>двигательная деятельность<br>детей, утренняя<br>гимнастика.      | 7.00-8.20                    | 7.00-8.20       | 7.00-8.20      | 7.00-8.20      | 7.00-8.20      |
| Возвращение с прогулки.<br>Подготовка к завтраку<br>(гигиенические процедуры,<br>привитие культурно-<br>гигиенических навыков).  | 8.20-8.30                    | 8.20-8.30       | 8.20-8.30      | 8.20-8.40      | 8.20-8.40      |
| Завтрак                                                                                                                          | 8.30-8.50                    | 8.30-9.00       | 8.30-9.00      | 8.40-9.00      | 8.40-9.00      |
| Самостоятельная игровая<br>деятельность детей в игровых<br>уголках, индивидуальная<br>работа.                                    | 8.50 -9.30                   | 9.00-9.30       | 9.00-9.30      | 9.00-9.40      | 9.00-9.45      |
| Второй завтрак                                                                                                                   | 9.30-9.40                    | 9.30-9.40       | 9.30-9.40      | 9.40-9.50      | 9.45-9.55      |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка.Игровая, проектная<br>деятельность, подвижные игры,<br>самостоятельная деятельность<br>детей. | 9.40-11.30                   | 9.40-12.00      | 9.40-12.10     | 9.50-12.10     | 9.55-12.10     |
| Возвращение с прогулки.<br>Подготовка к обеду, обед                                                                              | 11.30-12.00                  | 12.00-12.30     | 12.10-12.30    | 12.10-12.30    | 12.10-12.30    |
| Подготовка ко сну, дневной<br>сон                                                                                                | 12.00-15.00                  | 12.00-15.00     | 12.30- 15.00   | 12.30-15.00    | 12.30-15.00    |
| Постепенный подъем,<br>физкультурно-<br>оздоровительные и<br>закаливающие процедуры                                              | 15.00-15.10                  | 15.00-15.00     | 15.00 - 15.15  | 15.00-15.15    | 15.00-15.15    |
| Игры, труд, индивидуальная<br>работа, самостоятельная<br>деятельность детей.                                                     | 15-15-16.25                  | 15-15-16.30     | 15-20 - 16.30  | 15-20-16.40    | 15-20-16.40    |
| Подготовка к полднику.<br>Уплотненный полдник.                                                                                   | 16.25-17.00                  | 16.30-17.00     | 16.30 – 17.00  | 16.40-17.00    | 16.40-17.00    |
| Подготовка к вечерней<br>прогулке, прогулка, уход детей<br>домой                                                                 | 17.00-19.00                  | 17.00 - 19.00   | 17.00 - 19.00  | 17.00 - 19.00  | 17.00 - 19.00  |