

Утверждено:
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №201»
№ 142-оси от 25.08.2023
Забелина И.С. Забелина



РЕЖИМ ДНЯ

с воспитанниками муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад №201»
комбинированного вида
(МБДОУ «Детский сад №201»)
на 2023/2024 учебный год

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, *режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников, направленности группы.*

**Примерный режим дня
во второй группе раннего возраста №1 «Капризуля» (1,5-2 года)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.00
Завтрак	8.00-8.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.20-9.30
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка	9.30-11.20
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-16.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.20- 19.00

**Примерный режим дня
в первой младшей группе №4 «Солнышко» (2-3 года)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.05
Завтрак	8.05-8.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.20-9.30

Игры, подготовка к прогулке. Прогулка	9.30-11.20
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-16.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.20- 19.00

**Примерный режим дня
в первой младшей группе №9 «Утята» (2-3 года)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.05
Завтрак	8.05-8.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.20-9.30
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка	9.30-11.20
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-16.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.20- 19.00

Примерный режим дня
Во второй младшей группе №6 «Семицветик» (3-4 года)
в холодный период года (сентябрь-май)

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.05
Завтрак	8.05-8.40
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.40-9.50
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	9.50-11.35
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.35-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-16.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.20- 19.00

Примерный режим дня
во второй младшей группе №8 «Пчёлка» (3-4 года)
в холодный период года (сентябрь-май)

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.05
Завтрак	8.05-8.40
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.40-9.50
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	9.50-11.35
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.35-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие	15.00-15.20

мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-16.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.20- 19.00

**Примерный режим дня
в средней группе №7 «Радуга» (4-5 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.08
Завтрак	8.08-8.30
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.30-10.00
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.00-11.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.00
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.00-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.20- 19.00

**Примерный режим дня
в средней группе №12 «Непоседы» (4-5 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.10
Завтрак	8.10-8.30
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.30-10.00
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.00-11.50
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.00
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.00-17.20
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.20- 19.00

**Примерный режим дня
в старшей группе №3 «Ромашка» (5-6 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.15
Завтрак	8.15-8.35
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.35-10.15
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.15-11.55
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие	15.00-15.20

мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.05
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.05-17.30
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.30- 19.00

**Примерный режим дня
в старшей группе №13 «Звоночки» (5-6 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.16
Завтрак	8.16-8.35
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе)	8.35-10.15
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.15-11.55
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.05
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.05-17.30
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (<i>по необходимости</i>). Уход детей домой.	17.30- 19.00

**Примерный режим дня
в подготовительной к школе группе для детей с общим
недоразвитием речи №10 «Теремок» (6-7 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.18
Завтрак	8.18-8.40
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе). Коррекционная работа.	8.40-10.50
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.50-12.10
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Коррекционная работа. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.10
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.10-17.35
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.35- 19.00

**Примерный режим дня
в подготовительной к школе группе
№5 «Зайчата» (6-7 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.20
Завтрак	8.20-8.40
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе).	8.40-11.00
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на	11.00-12.10

прогулке.	
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.10
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.10-17.35
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.35- 19.00

**Примерный режим дня
в подготовительной к школе группе
№11 «Умка» (6-7 лет)
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.00-8.22
Завтрак	8.22-8.40
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе).	8.40-11.00
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	11.00-12.10
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.10
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.10-17.35
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.35- 19.00

**Примерный режим дня
в группе компенсирующей направленности
для детей с НОДА №2 «Бельчата»
в холодный период года (сентябрь-май)**

Содержание	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку.	7.00-8.12
Завтрак	8.12-8.30
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе). Коррекционная работа.	8.30-10.45
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. НОД на прогулке.	10.45-12.00
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие мероприятия. Подготовка к полднику. Полдник.	15.00-15.20
Совместные и самостоятельные игры. НОД (образовательные ситуации на игровой основе), досуги. Коррекционная работа. Подготовка к прогулке, прогулка.	15.20-17.00
Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин.	17.00-17.30
Игры, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, индивидуальная работа. Прогулка (по необходимости). Уход детей домой.	17.30- 19.00