

**Примерные режимы дня**  
**для детей с 1,6 до 7 лет**  
**(холодный и теплый периоды)**  
**в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении**  
**«Детский сад №1»**

**Примерный режим дня\* для детей с 1,6 до 3 лет  
(группа раннего возраста)  
в холодный период года (сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.00</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Игра Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
<b>8.00-8.30</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.30-9.00</b>	Игровая деятельность. Совместная и самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям
<b>9.00-9.30</b>	Проведение игры-занятия (по подгруппам)
<b>9.30-10.00</b>	Игровая деятельность Совместная и самостоятельная деятельность
<b>10.00-11.25</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
<b>11.25-12.00</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.00-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-16.10</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.10-16.40</b>	Проведение игры-занятия (по подгруппам)
<b>16.40-17.00</b>	Игровая деятельность Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Взаимодействие с родителями Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерный режим дня\* для детей с 2-3 лет  
(группа раннего возраста – 1 младшая группа)  
в холодный период года (сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.00</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Игра Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
<b>8.00-8.30</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.30-9.00</b>	Игровая деятельность. Совместная и самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям
<b>9.00-10.00</b>	Занятие (по расписанию) Игровая деятельность Совместная и самостоятельная деятельность
<b>10.00-11.30</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
<b>11.30-12.00</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.00-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-15.40</b>	Занятие
<b>15.40-16.10</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.10-17.00</b>	Игровая деятельность Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность Уход детей домой / взаимодействие с родителями

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерный режим дня\* детей с 3 до 4 лет  
(2 младшая группа)  
в холодный период года(сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.00</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа
<b>8.00-8.10</b>	Утренняя гимнастика
<b>8.10-8.40</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.40-9.00</b>	Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Утренний круг
<b>9.00-9.45</b>	Занятия по расписанию
<b>9.45-10.00</b>	Игровая деятельность
<b>10.00-11.45</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, труд, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по различным направлениям развития). Возвращение с прогулки. Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса
<b>11.45-12.15</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.15-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-15.40</b>	Чтение художественной литературы
<b>15.40-16.10</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.10-17.00</b>	Игра, самостоятельная деятельность Вечерний круг
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность. Индивидуальная работа Уход детей домой / взаимодействие с родителями

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерный режим дня\* детей с 4 до 5 лет  
(средняя группа)  
в холодный период года (сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.00</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа.
<b>8.00-8.10</b>	Утренняя гимнастика
<b>8.10-8.40</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.40-9.00</b>	Игровая деятельность Утренний круг
<b>9.00-9.55</b>	Занятия по расписанию
<b>9.55-11.50</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, труд, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по различным направлениям развития). Возвращение с прогулки.
<b>11.50-12.20</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.20-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-15.45</b>	Чтение художественной литературы
<b>15.45-16.00</b>	Совместная и самостоятельная деятельность. Игровая деятельность. Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса
<b>16.00-16.20</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.20-17.00</b>	Игра, самостоятельная деятельность Вечерний круг
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность. Индивидуальная работа Уход детей домой / взаимодействие с родителями

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерный режим дня\* детей с 5 до 6 лет  
(старшая группа)  
в холодный период года (сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.00</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа.
<b>8.00-8.10</b>	Утренняя гимнастика
<b>8.10-8.20</b>	Утренний круг
<b>8.20-8.50</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.50-9.00</b>	Игровая деятельность Подготовка к занятию
<b>9.00-10.00</b>	Занятия по расписанию
<b>10.00-12.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, труд, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по различным направлениям развития). Возвращение с прогулки.
<b>12.00-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.30-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-16.00</b>	Занятие по расписанию.
<b>16.00-16.20</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.20-17.00</b>	Игра, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение художественной литературы. Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Вечерний круг
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность. Индивидуальная работа. Уход детей домой / взаимодействие с родителями

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерный режим дня\* детей с 6 до 7 лет  
(подготовительная группа)  
в холодный период года (сентябрь-май)**

<i>Время</i>	<i>Режимный момент</i>
<b>7.00-8.15</b>	Прием детей/Взаимодействие с родителями/ Самостоятельная и совместная деятельность Игра. Индивидуальная работа
<b>8.15-8.25</b>	Утренняя гимнастика
<b>8.25-8.50</b>	Подготовка к завтраку, завтрак Гигиенические процедуры
<b>8.50-9.00</b>	Утренний круг
	Игровая деятельность Подготовка к занятию
<b>9.00-10.10</b>	Занятия по расписанию
<b>10.10-12.10</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, труд, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по различным направлениям развития). Возвращение с прогулки.
<b>12.10-12.30</b>	Подготовка к обеду, обед Гигиенические процедуры
<b>12.30-15.00</b>	Дневной сон
<b>15.00-15.30</b>	Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры
<b>15.30-16.00</b>	Занятие по расписанию.
<b>16.00-16.30</b>	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.
<b>16.30-17.00</b>	Игра, совместная и самостоятельная деятельность. Чтение художественной литературы. Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Вечерний круг
<b>17.00-19.00</b>	Подготовка к прогулке. Прогулка Часть ОП, формируемая участниками образовательного процесса Игровая деятельность. Индивидуальная работа Уход детей домой / взаимодействие с родителями

*Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.*

**Примерные режимы дня\* для детей в теплый период года (июнь-август)**

<b>группа раннего возраста (1,6-2года)</b>	<b>1 младшая группа (2-3 года)</b>	<b>2 младшая группа (3-4 года)</b>	<b>средняя группа (4-5 лет)</b>	<b>старшая группа (5-6 лет)</b>	<b>подготовительная к школе группа (6-7 лет)</b>
Прием детей на свежем воздухе / взаимодействие с родителями / утренняя гимнастика (не менее 10 минут)		Утренняя прогулка /прием детей на свежем воздухе/ взаимодействие с родителями / утренняя гимнастика (не менее 10 минут)			
<b>7.00-8.00</b>	<b>7.00-8.00</b>	<b>7.00-8.00</b>	<b>7.00-8.00</b>	<b>7.00-8.20</b>	<b>7.00-8.30</b>
Завтрак (гигиенические процедуры, прием пищи)		Завтрак (гигиенические процедуры, дежурство, приём пищи)			
<b>8.00-8.40</b>	<b>8.00-8.40</b>	<b>8.10-8.30</b>	<b>8.15-8.35</b>	<b>8.20-8.40</b>	<b>8.25-8.45</b>
Организованная совместная деятельность в соответствии с «циклограммой организации совместной деятельности в летний период» / самостоятельная деятельность. Утренний круг					
<b>8.40-9.30</b>	<b>8.40-9.30</b>	<b>8.30-9.40</b>	<b>8.35-9.50</b>	<b>8.40-10.00</b>	<b>8.45-10.00</b>
Дневная прогулка Подготовка к прогулке / организация разнообразных видов детской деятельности Самостоятельная деятельность					
<b>9.30-11.00</b>	<b>9.30-11.00</b>	<b>9.40-11.40</b>	<b>9.50-11.50</b>	<b>10.00-12.15</b>	<b>10.00-12.20</b>
Обед (гигиенические процедуры, приём пищи)		Обед (гигиенические процедуры, дежурство, приём пищи)			
<b>11.00-12.00</b>	<b>11.00-12.00</b>	<b>11.40-12.15</b>	<b>11.50-12.20</b>	<b>12.10-12.30</b>	<b>12.10-12.30</b>
Дневной сон					
<b>12.00-15.00</b>	<b>12.00-15.00</b>	<b>12.15-15.00</b>	<b>12.20-15.00</b>	<b>12.30-15.00</b>	<b>12.30-15.00</b>
Подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры					
<b>15.00-15.30</b>	<b>15.00-15.30</b>	<b>15.00-15.30</b>	<b>15.00-15.30</b>	<b>15.00-15.30</b>	<b>15.00-15.30</b>
Полдник (гигиенические процедуры, приём пищи)			Организованная совместная деятельность в соответствии с «циклограммой организации совместной деятельности в летний период»		
<b>15.30-16.30</b>	<b>15.30-16.30</b>	<b>15.30-16.20</b>	<b>15.40-16.25</b>	<b>15.30-16.10</b>	<b>15.30-16.10</b>
Организованная совместная деятельность			Полдник (гигиенические процедуры, дежурство, приём пищи)		
<b>16.30-17.00</b>	<b>16.30-17.00</b>	<b>16.20-16.50</b>	<b>15.50-16.10</b>	<b>16.00-16.20</b>	<b>16.10-16.30</b>
Вечерний круг . Вечерняя прогулка Взаимодействие с родителями. Уход детей домой					
<b>17.00-19.00</b>	<b>17.00-19.00</b>	<b>16.50-19.00</b>	<b>16.10-19.00</b>	<b>16.20-19.00</b>	<b>16.30-19.00</b>

