Утверждаю заведующий МБДОУ
«Полянский детский сад «Сказка»
Борисова Н.В.
Приказ № 89 от 31.08 20 г.

Примерный режим и распорядок дня в МБДОУ «Полянский детский сад «Сказка».

2023-2024 учебный год

Примерный режим и распорядок дня (холодный период)

Первая младшая группа

Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 – 07.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00 – 08.20
Самостоятельная деятельность	08.20 – 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам 1 подгруппа 2 подгруппа	09.00 – 09.15 09.15 – 09.30
Второй завтрак	10.00 – 10.15
Подготовка к прогулке	10.15 - 10.25
Прогулка , возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.25 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Самостоятельная деятельность	15.15 – 15.45
Уплотнённый полдник	15.45 – 16.00
Игры, занятия в игровой форме по подгруппам 1 подгруппа 2 подгруппа	 16.00 – 16.15 16.15 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.40
Прогулка	16.40 – 18.00
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.00 – 19.00

Вторая младшая группа

Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 – 07.30
В дошкольном учреждении	
Прием, детей, игры, гимнастика	07.00 – 08.00
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.55
Подготовка к занятиям	08.55 – 09.00
Занятия	09.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.15 – 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 – 12.10
Обед	12.10 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры	15.00 – 15.40
Уплотнённый полдник	15.50 – 16.10
Игры, занятия, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.40

Прогулка	16.40 – 18.00
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.00 – 19.00

Средняя группа

Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 – 07.30
В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00 – 08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.55
Подготовка к занятиям	08.55 – 09.00
Занятия, игры, второй завтрак	09.00 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30 – 12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00 – 15.25
Уплотнённый полдник	15.55 – 16.15
Игры, самостоятельная деятельность	16.15 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 – 18.00
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.00 – 19.00

Старшая группа

Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 – 07.30
В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.55
Подготовка к занятиям	08.55 – 09.00
Занятия, игры, второй завтрак	09.00 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.25
Возвращение с прогулки	12.25 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25
Уплотнённый полдник	16.00 – 16.20
Занятия, игры, самостоятельная деятельность, труд	16.20 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.30
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00

Подготовительная к школе группа

Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 – 07.30
В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Подготовка к занятиям	08.50 – 09.00

Занятия, игры, второй завтрак	09.00 – 11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05 – 12.35
Возвращение с прогулки	12.35 – 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45 – 13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25
Уплотнённый полдник	16.05 – 16.25
Занятия, игры, труд	16.25 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00

Примерный режим и распорядок дня (тёплый период)

1 младшая группа

Прием детей. Самостоятельная деятельность.	7:00 – 8:35
Подготовка к завтраку. Завтрак	8:35 – 8:55
Прогулка В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся подвижные игры, праздники, экскурсии по территории детского сада, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.), игры с водой.	9:00 – 11:20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11:20 – 11:45
Обед	11:45 – 12:15
Спокойные игры, подготовка ко сну.	12:15 – 12:30
Дневной сон	12:30 – 15:00
Постепенный подъем, индивидуальная работа. Воздушные и водные процедуры.	15:00 – 15:40
Уплотнённый полдник.	15:40 – 15:55
Самостоятельная деятельность.	15:55 – 16:20
Подготовка к прогулке.	16:20 – 16:30
Прогулка.	16:30 – 18.30

2 младшая группа

Прием и осмотр детей. Игровая деятельность. Работа с родителями. Индивидуальная работа. Дежурство. Утренняя гимнастика.	7:00 – 8:20

Подготовка к завтраку. Завтрак	8:20 – 8:55
Подготовка к прогулке	8:55 – 9:10
Прогулка В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся спортивные и подвижные игры, праздники, экскурсии, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.) игры с водой.	9:10 – 11:50
Возвращение с прогулки. Воспитание КГН.	11:50 – 12:15
Подготовка к обеду. Обед	12:15 – 12:40
Подготовка ко сну. Сон	12:40 – 15:00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры. Индивидуальная работа.	15:00 – 15:35
Подготовка к полднику	15:35 – 15:45
Уплотнённый полдник	15:45 – 16:00
Самостоятельная деятельность. Развлечение.	16:00 – 16:25
Подготовка к прогулке	16:25 – 16:40
Прогулка. Самостоятельная деятельность. Уход домой. Работа с родителями.	16:40 – 18:30

Средняя группа

Прием и осмотр детей. Игры. Дежурство. Индивидуальная работа. Утренняя гимнастика.	7:00 – 8:20
Подготовка к завтраку. Дежурство. Завтрак	8:25 – 8:55
Подготовка к прогулке. Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся спортивные и подвижные игры, праздники, экскурсии, походы, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.), игры с водой.	9:00 - 12:15
Возвращение с прогулки. Воспитание КГН. Подготовка к обеду	12:15 – 12:30
Обед	12:30 – 13:00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13:00 – 15:00
Подъем, воздушные и водные процедуры.	15:00 – 15:35
Свободная деятельность. Развлечение.	15:35 – 15:50
Уплотнённый полдник	15:50 – 16:05
Самостоятельная деятельность в центрах активности. Театрализованная деятельность.	16:05 – 16:30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Работа с родителями. Уход детей домой	16:30 – 17:30

Старшая группа

Прием и осмотр детей. Игры. Дежурство. Индивидуальная работа. Утренняя гимнастика.	7:00 – 8:40

Подготовка к завтраку. Завтрак	8:40 – 8:55
Подготовка к прогулке. Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся спортивные и подвижные игры, праздники, экскурсии, походы, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.), игры с водой.	9:00– 12:25
Возвращение с прогулки. Воспитание КГН.	12:25 – 12:40
Подготовка к обеду. Обед	12:40 – 13:05
Подготовка ко сну. Сон	13:05 – 15:00
Подъем, воздушные и водные процедуры	15:00 – 15:25
Чтение художественной литературы, просмотр художественных и анимационных произведений, Развлечения и досуги. Театрализованная деятельность.	15:25 – 15:55
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник.	15:55 – 16:10
Самостоятельная деятельность в центрах активности.	16:10 – 16:35
Подготовка к прогулке. Прогулка. Работа с родителями. Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	16:35 – 17:30

Подготовительная группа

Прием, осмотр, игры, дежурство. Работа с родителями. Самостоятельная деятельность. Утренняя гимнастика.	7:00 – 8:45
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8:45 – 9:00
Подготовка к прогулке.	9:00 – 9:10
Прогулка Подготовка к прогулке. Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся спортивные и подвижные игры, праздники, экскурсии, походы, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.)	9:10 – 12:30
Возвращение с прогулки. Воспитание КГН.	12:30 – 12:40
Обед.	12:40 – 13:10
Подготовка ко сну. Сон.	13:10 – 15:00
Подъем, воздушные и водные процедуры	15:00 – 15:20
Чтение художественной литературы, просмотр художественных и анимационных произведений.	15:20 – 15:50
Полдник	16:00 – 16:10
Самостоятельная деятельность в центрах активности.	16:10 – 16:40
Подготовка к прогулке.	16:40 – 16:50
Прогулка. Работа с родителями. Индивидуальная работа. Уход детей домой	16:50 – 19:00