



Утверждаю  
Заведующий МОУ Детским садом № 326  
Е.П. Игнатова  
30.08.2023

### Режим дня группы для детей от 1,5 до 3 лет

| Содержание   | Время         |
|--|---------------|
| <b>Холодный период года</b>  |               |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры   | 7.00 - 8.00   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.00 - 8.10   |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.10 - 8.40   |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                                      | 8.40 - 9.00   |
| Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)  | 9.00 - 9.10   |
| Динамическая пауза   | 9.10 - 9.25   |
| Самостоятельная деятельность детей   | 9.25 - 9.50   |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак  | 9.50 - 10.30  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки  | 10.30 - 11.40 |
| Самостоятельная деятельность детей   | 11.40 - 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед   | 12.00 - 12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры              | 12.40 - 15.20 |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)  | 15.15 - 15.25 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник  | 15.25 - 16.10 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей   | 16.10 - 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое), возвращение с прогулки | 16.50 - 17.50 |
| Самостоятельная деятельность детей   | 17.50 - 18.30 |
| Игры, уход детей домой   | 18.30 - 19.00 |
| <b>Теплый период года</b>  |               |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры   | 7.00 - 8.20   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.20 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.30 - 9.00   |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку   | 9.00 - 9.30   |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)                    | 9.30 - 9.40   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)  | 9.40 - 9.50   |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)  | 9.50 - 10.00  |

|   |               |
|---|---------------|
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки  | 10.00-10.30   |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 10.30 - 11.00 |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                  | 11.00 – 11.30 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей                                    | 11.30 - 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.00 - 12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.40 - 15.30 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник                                       | 15.30 - 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 16.00 - 16.30 |
| Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)                               | 16.30 - 16.50 |
| Продолжение прогулки, возвращение с прогулки  | 16.50 - 18.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей  | 18.00 - 18.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой   | 18.30 - 19.00 |

### Режим дня группы для детей от 3 до 4 лет

| Содержание   | Время         |
|--|---------------|
| <b>Холодный период года</b>  |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность  | 7.00 – 8.00   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.00 –8.10    |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.10 – 8.30   |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, самостоятельная деятельность и др.) | 8.30 – 9.00   |
| Занятие 1  | 9.00 – 9.15   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)  | 9.15 – 9.25   |
| Занятие 2  | 9.25 – 9.40   |
| Самостоятельная деятельность детей   | 9.40 - 9.55   |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак  | 9.55 - 10.30  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки  | 10.30 – 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед   | 12.00 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры      | 12.40 – 15.10 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)                               | 15.10 – 15.40 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник  | 15.40 – 16.20 |
| Самостоятельная деятельность детей   | 16.20 – 17.00 |

|  |                  |
|--|------------------|
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки      | 17.00 – 18.30    |
| Игры, уход домой   | 18.30 – 19.00    |
| <b>Теплый период года</b>  |                  |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность  | 7.00 – 8.00      |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.00 – 8.10      |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.10 – 8.40      |
| Подготовка к прогулке, прогулка  | 8.40 - 9.20      |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие 1  | 9.20 – 9.35      |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                     | 9.35 – 10.30     |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак  | 10.30 – 11.00    |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки                     | 11.00–12.00      |
| Подготовка к обеду, обед   | 12:00 –<br>12.30 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры      | 12.30 – 15.30    |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник  | 15.30 – 16.10    |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, самостоятельная деятельность и др.) | 16.10 – 16.30    |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей                              | 16.30–17.00      |
| Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки   | 17.00–18.30      |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой  | 18.30–19.00      |

#### **Режим дня группы для детей от 4 до 5 лет**

| <b>Содержание</b>   | <b>Время</b> |
|---|--------------|
| <b>Холодный период года</b>   |              |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7.00 - 8.10  |
| Утренняя зарядка (гимнастика)   | 8.10 - 8.20  |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.20 - 8.40  |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 8.40 - 9.15  |
| Занятие 1   | 9.00 - 9.20  |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)   | 9.20 - 9.30  |
| Занятие 2   | 9.30 – 9.50  |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 9.50 - 10.30 |

|   |               |
|---|---------------|
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки   | 10.30 - 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.10 - 12.50 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 12.50 - 15.10 |
| Самостоятельная деятельность детей  | 15.10-15.30   |
| Подготовка к полднику, полдник  | 15.30 - 16.00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 16.00 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки     | 17.00 - 18.30 |
| Игры, уход домой  | 18.30 - 19.00 |
| <b>Теплый период года</b>   |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7.00 - 8.20   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)   | 8.10 - 8.20   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.20 - 9.00   |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 9.00 - 9.15   |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие   | 9.15 - 9.35   |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                    | 9.35- 10.20   |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 10.20 - 10.40 |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки                    | 10.40 - 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.10 - 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 13.00 - 15.20 |
| Самостоятельная деятельность детей  | 15.20-15.30   |
| Подготовка к полднику, полдник  | 15.30 - 16.00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 16.00 - 16:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей                             | 16:30 - 17.00 |
| Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки  | 17.00 - 18.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой   | 18.30 - 19.00 |

#### **Режим дня группы для детей от 5 до 6 лет**

| <b>Содержание</b>   | <b>Время</b> |
|---|--------------|
| <b>Холодный период года</b>   |              |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7.00 - 8.20  |

|   |               |
|---|---------------|
| Утренняя зарядка (гимнастика)   | 8.20 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.30 - 9.00   |
| Занятие 1   | 9.00 - 9.25   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)   | 9.25 - 9.35   |
| Занятие 2   | 9.35 - 10.00  |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 10.00-10.15   |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 10.15-10.35   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки   | 10.35 - 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.10 - 12.45 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 12.45 - 15.10 |
| Занятие 3   | 15.10 - 15.35 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник   | 15.35 - 16.20 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 16.20 - 16:50 |
| Самостоятельная деятельность детей  | 16.50 - 17.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки     | 17.10 - 18.30 |
| Игры, уход домой  | 18.30 - 19.00 |
| <b>Теплый период года</b>   |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7.00 - 8.20   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)   | 8.20 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.30 - 9.00   |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 9.00 - 9.15   |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие 1   | 9.15 - 9.40   |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                    | 9.40 - 9.50   |
| Наблюдения, экологические игры  | 9.50 - 10.15  |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 10.15 - 10.35 |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                    | 10.35 - 10.35 |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки                    | 10.35 - 12.15 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.15 - 12.35 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 12.35 - 15.05 |

|   |               |
|---|---------------|
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)   | 15.05 - 15.30 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник                 | 15.30 - 16.00 |
| Индивидуальная работа с детьми (игры, предметная деятельность и другое) | 16.00 - 16:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей     | 16:30 - 17.00 |
| Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки                  | 17.00 - 18.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                             | 18.30 - 19.00 |

### Режим дня группы для детей от 6 до 7 лет

| Содержание   | Время         |
|--|---------------|
| <b>Холодный период года</b>  |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность      | 7.00 - 8.20   |
| Утренняя зарядка   | 8.20 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.30 - 9.00   |
| Занятие 1  | 9.00 - 9.30   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)  | 9.30 - 9.40   |
| Занятие 2  | 9.40 - 10.10  |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)  | 10.10 - 10.20 |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак  | 10.20-10.35   |
| Занятие 3  | 10.35 - 11.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки  | 11.10 - 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед   | 12.20 - 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры          | 13.00 - 15.30 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), дополнительные образовательные занятия | 15.30 - 16.00 |
| Подготовка к полднику, полдник   | 16.00- 16.40  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки          | 16.40 - 18.30 |
| Игры, уход домой   | 18.30 - 19.00 |
| <b>Теплый период года</b>  |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность      | 7.00 - 8.20   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.20 - 8.30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.30 - 9.00   |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие 1  | 9.00 - 9.30   |

|   |               |
|---|---------------|
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)   | 9.30 - 9.40   |
| Занятие 2   | 9.40 - 10.10  |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                | 10.10 – 10.30 |
| Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак   | 10.30-11.00   |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки                | 11.00 - 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед  | 12.00 - 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры | 13.00 - 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник  | 15.30 - 16.00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                       | 16.00 - 16:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей                         | 16:30 - 17.00 |
| Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки                                      | 17.00 - 18.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой   | 18.30 - 19.00 |