



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 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 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 – 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 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 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 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