

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №1»

**Рассмотрено:**

Педагогическим советом  
МДОУ «Детский сад №1»  
« 31 » августа 2023 г.

**Утверждаю:**

Заведующий МДОУ  
«Детский сад №1»

\_\_\_\_\_  
/ М.Б. Зюкуева /  
Приказ № 163-а  
« 31 » августа 2023 г.

**Организация режима пребывания детей  
в МДОУ «Детский сад №1»**

Режим дня составлен с расчетом 10,5 часового пребывания ребёнка в дошкольном учреждении – **7.15 -17.45**

Режим дня скорректирован с учетом времени года и климата.

Перерыв между занятиями не менее 10 минут, во время занятий перерыв на гимнастику 2 минуты

Младшая группа «Капелька» от 1 года до 3 лет	Группа младшего, среднего возраста От 3 до 5 лет	Старшая группа От 5 до 6 лет	Подготовительная группа От 6 до 7 лет
--	--	---------------------------------	---

**Младшая группа  
«Капелька»  
дети от 1 до 3 лет**

Режимный процесс	Время проведения перерыв между занятиями 10 мин	
	Холодное время	Теплое время
Приём и осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры	07.15-08.00	07.15-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры до приема пищи	08.10-08.30	08.10-08.30
Завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-08.50	08.30-08.50
Игры, предметная деятельность детей, подготовка к занятиям	08.50-09.00	08.50-09.00
Образовательная деятельность в игровой форме (по подгруппам). В теплый период времени возможно проведение на свежем воздухе	09.00-09.50	09.00-09.50
Игры, предметная деятельность детей	09.50-10.00	09.50-10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.15	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка В теплое время: воздушные и солнечные процедуры, занятия на прогулке в игровой форме	10.15- 11.15	10.15- 11.15
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.15-11.30	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры после приема пищи	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъём детей, ходьба «по дорожкам здоровья», закаливающие,	15.00-15.30	15.00-15.30

гигиенические процедуры, подготовка к полднику		
Полдник, гигиенические процедуры после приёма пищи	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, предметная деятельность детей, кружковая деятельность в игровой форме по подгруппам В теплый период времени возможно проведение на свежем воздухе	16.00.-16.30	16.00.-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.45	16.30-17.45

**Группа младшего, среднего  
дошкольного возраста  
«Солнышко»  
дети от 3 до 5 лет**

Режимный процесс	Время проведения	
	Холодное время	Теплое время
Приём и осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры	07.15-08.00	07.15-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры до приема пищи	08.10-08.30	08.10-08.30
Завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-08.50	08.30-08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к занятиям	08.50- 09.00	08.50- 09.00
Образовательная деятельность В теплый период времени возможно проведение на свежем воздухе	09.00-10.00	09.00-10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.15	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15- 11.30	10.15- 11.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.30- 11.40	11.30- 11.40
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры после приема пищи	11.40-12.15	11.40-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	12.15-15.00
Постепенный подъём детей, ходьба «по дорожкам здоровья», закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник, гигиенические процедуры после приёма пищи	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая деятельность. В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдения)	16.00- 16.30	16.00- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.45	16.30-17.45

**Группа старшего  
дошкольного возраста  
«Колокольчик»  
дети от 5 до 6 лет**

Режимный процесс	Время проведения	
	Холодное время	Теплое время
Приём и осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры	07.15-08.00	07.15-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры до приема пищи	08.10-08.30	08.10-08.30
Завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-08.50	08.30-08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	08.50-09.00	08.50-09.00
Образовательная деятельность В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдение)	09.00- 10.00	09.00- 10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.15	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15- 11.40	10.15- 11.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	11.40- 12.00	11.40- 12.00
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъём детей, ходьба «по дорожкам здоровья», закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник, гигиенические процедуры после приёма пищи	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая деятельность. В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдения)	16.00- 16.30	16.00- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.45	16.30-17.45

**Подготовительная к школе группа  
«Звездочка»  
дети от 6 до 7 лет**

Режимный процесс	Время проведения	
	Холодное время	Теплое время
Приём и осмотр детей, самостоятельная деятельность, игры	07.15-08.00	07.15-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры до приема пищи	08.10-08.30	08.10-08.30

Завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-08.50	08.30-08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к занятиям	08.50-9.00	08.50-9.00
Образовательная деятельность В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдение)	09.00 – 10.00	09.00 – 10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.15	10.00-10.15
Образовательная деятельность В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдение)	10.15- 10.45	10.15- 10.45
Подготовка к прогулке, прогулка	10.45- 12.00	10.45- 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	12.00- 12.10	12.00- 12.10
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры после приема пищи	12.10-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъём детей, ходьба «по дорожкам здоровья», закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник, гигиенические процедуры после приёма пищи	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая деятельность. В теплый период времени возможно проведение занятий на свежем воздухе (игры, наблюдения)	16.00- 16.30	16.00- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.45	16.30-17.45

### Индивидуальный режим (для вновь поступающих детей)

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, знакомство с ребенком, родителями	Познакомить с детьми, показать все помещения группы, объяснить их назначение. Рассказать о жизни группы.
Утренняя гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании поучаствовать.
Подготовка к завтраку, завтрак	Показать полотенце, понаблюдать, как моет руки, положительно оценить. Показать место за столом. Напомнить все правила приема пищи и пользования столовыми принадлежностями. Не принуждать к еде.
Организованная образовательная деятельность	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Напомнить всем последовательность одевания. При необходимости – оказать помощь.
Прогулка	Познакомить с участком группы, правилами поведения на прогулке. Привлечь к играм.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	Помочь раздеться. Напомнить всем последовательность умывания.
Обед	Напомнить всем правила приема пищи и

	пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Дневной сон	Показать кровать. Понаблюдать, как дети раздеваются, уложить в числе последних. Наблюдение за сном.
Закаливающие мероприятия после сна. Бодрящая гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании – принять участие.
Полдник	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Чтение художественной литературы	Предложить присоединиться к детям. При отказе – выбрать себе другой вид деятельности. Не принуждать.
Самостоятельная деятельность	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь.
Уход домой	Положительная оценка пребывания в детском саду. Пожелание встречи на следующий день

#### **Щадящий режим дня (для детей после болезни, ослабленных)**

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр. Во время утренней гимнастики исключить бег, прыжки (заменить ходьбой)
Подготовка к завтраку, завтрак	Мытье рук теплой водой
Организованная образовательная деятельность	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Гигиенические процедуры после прогулки	Умывание и мытье рук под наблюдением теплой водой.
Обед	Усадить за стол первым.
Дневной сон	Укладывать первым, поднимать последним.
Закаливающие мероприятия после сна	Исключить на 2 недели
Полдник	Мытье рук теплой водой
Самостоятельная деятельность	Ограничить двигательную активность за счет игр малой подвижности, развивающих, театрализованных, сюжетно-ролевых, дидактических игр
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр.
Уход домой	Положительная оценка деятельности