

Утверждаю
заведующая МБДОУ
«Листвянский детский сад»
Е.Н. Сафронова



**Примерный режим и распорядок дня
в МБДОУ «Листвянский детский сад»
на 2024 — 2025 учебный год**

Режим дня рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОУ.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Холодный период года

Режим дня первая младшая группа Режим дня первая младшая группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-9.30	Занятия
9.30-10.10	Второй завтрак, игры, самостоятельная деятельность детей
10.10-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей

17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой
-------------	---

Режим дня вторая младшая группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-9.40	Занятия
9.40-10.15	Второй завтрак, игры, самостоятельная деятельность детей
10.15-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику; полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Режим дня средняя группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-10.00	Занятия
10.00-10.30	Второй завтрак, игры, самостоятельная деятельность детей

10.30-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Чтение художественной литературы, игры, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Режим дня старшая группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-10.40	Занятия
10.40-11.10	Второй завтрак, игры, самостоятельная деятельность детей
11.10-12.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.20-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Чтение художественной литературы, игры, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-18.00	Самостоятельная деятельность детей

18.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой
-------------	---

Режим дня подготовительной группы

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-10.40	Занятия
10.40-11.10	Второй завтрак, игры, самостоятельная деятельность детей
11.10-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.30-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Чтение художественной литературы, игры, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-18.00	Самостоятельная деятельность детей
18.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Теплый период года

Режим дня первая младшая группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак

8.50-9.15	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.15-10.25	Второй завтрак, подготовка к прогулке
10.25-12.00	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
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Режим работы вторая младшая группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.10-9.30	Второй завтрак, подготовка к прогулке
9.30-12.00	Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся подвижные игры, праздники, экскурсии, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.) игры с водой

12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей
17.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Режим работы средняя группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.10-9.35	Второй завтрак, подготовка к прогулке
9.35-12.00	Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся подвижные игры, праздники, экскурсии, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.) игры с водой
12.00-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Чтение художественной литературы, просмотр художественных и анимационных произведений, развлечения и досуги. Театрализованная деятельность
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник

16.20-18.00	Самостоятельная деятельность детей
18.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

Режим дня подготовительная группа

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку завтрак
8.50-9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.10-9.35	Второй завтрак, подготовка к прогулке
9.35-12.00	Прогулка. В период летних каникул учебных занятий нет. Проводятся подвижные игры, праздники, экскурсии, лепка и конструирование (песочница, природный материал и т.д.) игры с водой
12.00-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Чтение художественной литературы, просмотр художественных и анимационных произведений, развлечения и досуги. Театрализованная деятельность
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-18.00	Самостоятельная деятельность детей
18.00-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой

7.00-8.20	Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры
8.10-8.20	Утренняя зарядка
8.30-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-9.30	Занятия
9.30-10.10	Игры, самостоятельная деятельность детей
10.10-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.25	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
15.25-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, игровые образовательные ситуации
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-17.30	Самостоятельная деятельность детей
17.30-19.00ч.	Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, уход детей домой