Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №46»

УТВЕРЖДЕНО приказом заведующего «Детский сад №46» № от 30.08.2024 №72-ад

Режим дня для всех возрастных групп на холодный период 2024-2025 учебный год

Режим дня в группе детей от 1–3, 3–4, 4–5, 5–6, 6–7 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в Детском саду 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 Детского сада №46, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования Детского сада.

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. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Первая группа раннего возраста №4 (1 – 2 года)

Время	Режимный момент	Примерное распределение времени
	Приём детей/Взаимодействие с родителями	
07.00 - 07.45	Совместная и самостоятельная деятельность/	45
	Игровая деятельность	
07.45 - 08.05	Подготовка к утренней гимнастике/Утренняя гимнастика	20
08.05 - 08.30	Подготовка к завтраку/Завтрак/	25
08.03 - 08.30	Гигиенические процедуры	23
	Совместная и самостоятельная	
08.30 - 09.00	деятельность/Индивидуальная работа/	30
	Игровая деятельность/Двигательная активность	
09.00 - 09.10	Занятие (1 подгруппа)	10
09.00 - 09.10	Игровая деятельность/Самостоятельная деятельность дете	й
09.10 - 09.20	Двигательная активность/	10
09.10 - 09.20	Подвижные и малоподвижные игры	10
00.20 00.20	Занятие (2 подгруппа)	10
09.20 - 09.30	Игровая деятельность/Самостоятельная деятельность дете	й 10
	Подготовка к прогулке, прогулка	20
	Дневная прогулка	
	09.50	10
09.30 – 11.15	10.00 Познавательно-исследовательская деятельность	10
	10.00 Трудовая деятельность	10
	10.10	-
	10.10 Двигательная активность/Подвижные игры	20

	10.30 11.00	Совместная и самостоятельная деятельность/ Индивидуальная работа	30
	11.00 11.15	Двигательная активность/Оздоровительные игры	15
11.15 – 11.25		Возвращение с прогулки	10
11.25 – 11.55		Подготовка к обеду/Обед Гигиенические процедуры	30
11.55 – 15.00		Дневной сон	185
15.00 – 15.10		Пробуждение, ленивая гимнастика/ Гигиенические и закаливающие процедуры	20
15.10 – 15.20	Игровая	Занятие (1 подгруппа) деятельность/Самостоятельная деятельность детей	10
15.20 – 15.30	1	Двигательная активность/ Подвижные и малоподвижные игры.	10
15.30 – 15.40	Игровая	Занятие (2 подгруппа) деятельность/Самостоятельная деятельность детей	10
15.50 – 16.15	1	Подготовка к полднику/Полдник/ Гигиенические процедуры	25
16.15 – 16.50		Совместная и самостоятельная деятельность/ Индивидуальная работа/ ровая деятельность/Двигательная активность/ Развлечение	35
		Подготовка к прогулке	20
		Вечерняя прогулка	
	17.10 17.35	Подвижные игры/Двигательная активность	25
16.50 – 19.00	17.35 18.00	Оздоровительные игры/Двигательная активность	25
	18.00 19.00	Самостоятельная и совместная деятельность/ Индивидуальная работа/ Взаимодействие с родителями	60
19.00		Уход детей домой	

Первая младшая группа № 1,3 (2 – 3 года)

		100% =	720 мин
Время	Режимный момент	ОЧ 297 мин = 60%	ЧФУОО 198 мин = 40%
07.00 - 07.45	Приём детей/Взаимодействие с родителями/ Совместная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность	22	23
07.45 - 08.05	Подготовка к утренней гимнастике/ Утренняя гимнастика	20	
08.05 - 08.30	Подготовка к завтраку/Завтрак/ Гигиенические процедуры	25	
08.30 - 08.40	Часть, формируемая участниками образовательных отношений		10
08.40 - 09.00	Совместная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность/Двигательная активность	5	15
09.00 - 09.10	Занятие (1 подгруппа) Игровая деятельность/ Самостоятельная деятельность детей	10	

	1	т /		
09.10 - 09.20		Двигательная активность/		10
	l	Подвижные и малоподвижные игры		
		Занятие (2 подгруппа)		
09.20 - 09.30	Игровая деятельность/		10	
	(Самостоятельная деятельность детей		
09.30 - 09.40		Обязательная часть	10	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Дневная прогулка		T
	09.50	Познавательно-исследовательская	10	
	10.00	деятельность	10	
00.40 11.15	10.00 10.10	Трудовая деятельность	10	
09.40 – 11.15	10.10	Двигательная активность/	10	10
	10.30	Подвижные игры	10	10
	10.30	Совместная и самостоятельная	10	20
	11.00	деятельность/Индивидуальная работа	10	20
	11.00	Двигательная активность/		15
	11.15	Оздоровительные игры		13
11.15 – 11.25		Возвращение с прогулки	10	
11.25 – 11.55		Подготовка к обеду/Обед/	30	
11.25 – 11.55		Гигиенические процедуры	30	
11.55 – 15.00	Дневной сон		1	.85
15.00 – 15.10		Пробуждение, ленивая гимнастика	20	
15.00 – 15.10	Гиги	ненические и закаливающие процедуры	20	
		Занятие (1 подгруппа)		
15.10 - 15.20		Игровая деятельность/	10	
	C	Самостоятельная деятельность детей		
15.20 - 15.30	Иг	ровая деятельность/Самостоятельная		10
13.20 – 13.30	деятельность детей/Двигательная активность			10
	Занятие (2 подгруппа)			
15.30 - 15.40	Игровая деятельность/		10	
	Самостоятельная деятельность детей			
15.40 – 16.15		Подготовка к полднику/Полдник/	25	
13.40 - 10.13		Гигиенические процедуры	23	
16.15 – 16.25		Часть, формируемая участниками		10
10.15 10.25		образовательных отношений		10
		Игровая деятельность/		
16.25 - 16.50	Совмест	ная и самостоятельная деятельность детей/	10	15
		Развлечение		
16.50 – 17.00		Обязательная часть	10	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Вечерняя прогулка		T
	17.10	Подвижные игры/	10	20
	17.40	Двигательная активность	10	20
17.00 - 19.00	17.40	Оздоровительные игры/	10	10
	18.00	Двигательная активность	10	10
	10.00	Самостоятельная и совместная		
	18.00 19.00	деятельность/Индивидуальная работа/	30	30
	17.00	Взаимодействие с родителями		
19.00	Уход детей домой			

Вторая младшая группа №2 (3 – 4 года)

		100% = 720		
Время		Режимный момент	ОЧ 294 мин = 60%	ЧФУОО 196 мин = 40%
07.00 - 07.45	Совм	ем детей/Взаимодействие с родителями/ естная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность	19	26
07.45 - 08.05]	Подготовка к утренней гимнастике/ Утренняя гимнастика		
08.05 - 08.20		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		15
08.20 - 08.45		Подготовка к завтраку/Завтрак/ Гигиенические процедуры	25	
08.45 - 09.00		Обязательная часть	15	
		Занятие (1 подгруппа)		
09.00 - 09.15		Игровая деятельность/	15	
	C	Самостоятельная деятельность детей		
09.15 - 09.25		Двигательная активность/		10
07.13 - 07.23	I	Подвижные и малоподвижные игры		10
		Занятие (2 подгруппа)		
09.25 - 09.40		Игровая деятельность/	15	
	C	Самостоятельная деятельность детей		
09.40 - 09.50	_	Двигательная активность/	10	
	l	Подвижные и малоподвижные игры		
00 50 40 05		Занятие	1.5	
09.50 – 10.05		Игровая деятельность/	15	
	(Самостоятельная деятельность детей	10	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
	10.15	Дневная прогулка		
	10.15 10.25	Познавательно-исследовательская	10	
	10.25	деятельность		
	10.35	Трудовая деятельность		10
10.05 – 11.20	10.35	Двигательная активность/	10	10
	10.55	Подвижные игры	10	10
	10.55	Совместная и самостоятельная	10	5
	11.10	деятельность/Индивидуальная работа.	10	3
	11.10	Двигательная активность/		10
11.00 11.00	11.20	Оздоровительные игры	10	-
11.20 – 11.30		Возвращение с прогулки	10	
11.30 – 12.00		Подготовка к обеду/Обед/	30	
12.00 – 15.05		Гигиенические процедуры Дневной сон	18	5
	1	дневнои сон Пробуждение, ленивая гимнастика/		
15.05 – 15.25		прооуждение, ленивая гимнастикалиенические и закаливающие процедуры	20	
	I HI F	Игровая деятельность/		
15.25 – 15.45	Совмест	тная и самостоятельная деятельность детей/	5	15
		Развлечение	-	
15.45 – 16.00	Часть, ф	ормируемая участниками образовательных отношений		15
1600 6555		Подготовка к полднику/Полдник/	25	
16.00 – 16.25		Гигиенические процедуры	25	
16.25 – 16.40		Обязательная часть	15	
16.40 – 17.00	Совм	естная и самостоятельная деятельность/	10	10

		Игровая деятельность		
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Вечерняя прогулка		
	17.10	Подвижные игры/	15	25
	17.50	Двигательная активность	13	23
17.00 – 19.00	17.50	Оздоровительные игры/		20
	18.10	Двигательная активность		20
	10.10	Самостоятельная и совместная		
	18.10 19.00	деятельность/Индивидуальная работа/	25	25
	17.00	Взаимодействие с родителями		
19.00		Уход детей домой		

Средняя группа №5 (4 – 5 лет)

			100% = '	720 мин	
Время	Режимный момент		ОЧ	ЧФУОО	
- P ******			315 мин = 60%	210 мин = 40%	
		м детей/Взаимодействие с родителями/			
07.00 - 07.45	Совм	естная и самостоятельная деятельность/	20	25	
		Игровая деятельность			
07.45 - 08.05	1	Подготовка к утренней гимнастике/	20		
		Утренняя гимнастика	-		
08.05 - 08.20		Часть, формируемая участниками		15	
		образовательных отношений			
08.20 - 08.45		Подготовка к завтраку/Завтрак/	25		
		Гигиенические процедуры			
08.45 - 09.00	Совм	естная и самостоятельная деятельность/	10	5	
00.00 00.20		Игровая деятельность			
09.00 - 09.20		Занятие			
09.20 - 09.30	т	Двигательная активность/	10		
09.30 - 09.50	1	Подвижные и малоподвижные игры Занятие			
09.30 - 09.30	Сорм	естная и самостоятельная деятельность/			
09.50- 10.10	СОВМ	Игровая деятельность		10	
10.10 - 10.20		Обязательная часть	10		
10.10 10.20		Подготовка к прогулке, прогулка	10		
		Дневная прогулка	10		
	10.30	Познавательно-исследовательская			
	10.45	деятельность	15		
	10.45			1.5	
10.20 – 11.50	11.00	Трудовая деятельность		15	
10.20 – 11.50	11.00	Двигательная активность/		15	
	11.15	Подвижные игры		13	
	11.15	Совместная и самостоятельная	10	10	
	11.35	деятельность/Индивидуальная работа.	10	10	
	11.35	Двигательная активность/		15	
	11.50	Оздоровительные игры	1.5	10	
11.50 – 12.00		Возвращение с прогулки	10		
12.00 – 12.30		Подготовка к обеду/Обед/	30		

		Гигиенические процедуры			
12.30 – 15.05		Дневной сон		155	
15.05 – 15.20		Пробуждение, ленивая гимнастика/ ненические и закаливающие процедуры	20		
15.20 – 15.40		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		20	
15.40 – 16.00	Совмест	Игровая деятельность/ ная и самостоятельная деятельность детей/ Развлечение	10	10	
16.00 – 16.30		Подготовка к полднику/Полдник/ Гигиенические процедуры	25		
16.30 - 16.50		Обязательная часть	20		
16.50 – 17.00	I	Двигательная активность/ Подвижные и малоподвижные игры		10	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10		
		Вечерняя прогулка			
	17.10 17.40	Подвижные игры/ Двигательная активность	15	15	
17.00 – 19.00	17.40 18.00	Оздоровительные игры/ Двигательная активность	5	15	
	18.00 19.00	Самостоятельная и совместная деятельность/Индивидуальная работа/ Взаимодействие с родителями	30	30	
19.00		Уход детей домой			

Подготовительная к школе группа№8 (6 – 8 лет)

			100% =	720 мин
Время		Режимный момент		ЧФУОО 190 мин = 40%
07.00 - 08.00	-	м детей/Взаимодействие с родителями/ естная и самостоятельная деятельность/	20	25
07.00 00.00	СОВМ	Игровая деятельность	20	23
08.00 - 08.20]	Подготовка к утренней гимнастике/ Утренняя гимнастика	20	
08.20 - 09.00		Подготовка к завтраку/Завтрак/ Гигиенические процедуры	25	
09.00 - 09.30		Занятие		
09.00 - 09.10	I	Двигательная активность/ Тодвижные и малоподвижные игры		10
09.10 - 09.40		Занятие		
09.40 - 09.50	I	Двигательная активность/ Тодвижные и малоподвижные игры		10
09.50 - 10.20		Занятие		
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Дневная прогулка		
10.20 – 11.55	10.30 10.45	Познавательно-исследовательская деятельность	15	
	10.45 11.00	Трудовая деятельность		15
	11.00	Двигательная активность/		10

	11.10	Подвижные игры		
	11.10 11.45	Совместная и самостоятельная деятельность/Индивидуальная работа	15	20
	11.45 11.55	Двигательная активность/ Оздоровительные игры		10
11.55 – 12.05		Возвращение с прогулки	10	
12.05 – 12.35		Подготовка к обеду/Обед/ Гигиенические процедуры	30	
12.35 – 15.10		Дневной сон	15	5
15.10 – 15.30		Пробуждение, ленивая гимнастика/ менические и закаливающие процедуры	20	
15.30 – 15.55		Часть, формируемая участниками образовательных отношений/ Развлечение		25
15.55 – 16.10	Совм	естная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность	10	5
16.10 – 16.35		Подготовка к полднику/Полдник/ Гигиенические процедуры	25	
16.35 – 16.45	Совм	естная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность		10
16.45 – 17.10		Обязательная часть	25	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Вечерняя прогулка		,
	17.20 17.40	Подвижные игры/ Двигательная активность	10	10
17.10 – 19.00	17.40 18.00	Оздоровительные игры/ Двигательная активность	10	10
	18.00 19.00	Самостоятельная и совместная деятельность/Индивидуальная работа/ Взаимодействие с родителями	30	30
19.00		Уход детей домой		

Разновозрастная группа №7 (5-6 лет, 6-8 лет)

		100% = '	720 мин
Время	Режимный момент	ОЧ 285 мин = 60%	ЧФУОО 190 мин = 40%
07.00 – 07.45	Приём детей/Взаимодействие с родителями/ Совместная и самостоятельная деятельность/ Игровая деятельность	20	25
07.45 - 08.05	Подготовка к утренней гимнастике/ Утренняя гимнастика	20	
08.05 - 08.30	Подготовка к завтраку/Завтрак/ Гигиенические процедуры	25	
08.30 - 09.00	Занятие		
09.00 - 09.10	Двигательная активность/ Подвижные и малоподвижные игры		10
09.10 - 09.40	Занятие		
09.40 - 09.50	Двигательная активность/ Подвижные и малоподвижные игры		10

09.50 - 10.20		Занятие		
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
		Дневная прогулка		
	10.30	Познавательно-исследовательская	15	
	10.45	деятельность	13	
10.20 11.55	10.45 11.00	Трудовая деятельность		15
10.20 – 11.55	11.00	Двигательная активность/		10
	11.10	Подвижные игры		10
	11.10	Совместная и самостоятельная	15	20
	11.45	деятельность/Индивидуальная работа	13	20
	11.45	Двигательная активность/		10
	11.55	Оздоровительные игры		10
11.55 – 12.05		Возвращение с прогулки	10	
12.05 – 12.35		Подготовка к обеду/Обед/	30	
		Гигиенические процедуры		
12.35 – 15.10		Дневной сон	15	5
15.10 – 15.30		Пробуждение, ленивая гимнастика/	20	
10110 10100	Гиги	ненические и закаливающие процедуры	едуры	
		Часть, формируемая участниками		
15.30 – 15.55		образовательных отношений/		25
	~	Развлечение		
15.55 – 16.10	Совместная и самостоятельная деятельность/		10	5
	Игровая деятельность			
16.10 – 16.35		Подготовка к полднику/Полдник/	25	
	-	Гигиенические процедуры		
16.35 – 16.45	Совм	естная и самостоятельная деятельность/		10
16.45 15.10		Игровая деятельность	25	
16.45 – 17.10		Обязательная часть	25	
		Подготовка к прогулке, прогулка	10	
	17.00	Вечерняя прогулка		
	17.20 17.40	Подвижные игры/	10	10
17.10 – 19.00		Двигательная активность		
17.10 - 19.00	17.40 18.00	Оздоровительные игры/ Двигательная активность	10	10
	10.00	Самостоятельная и совместная		
	18.00	деятельность/Индивидуальная работа/	30	30
	19.00	Взаимодействие с родителями	30	30
19.00		Уход детей домой		
17.00		з лод детен домон		