Примерный режим и распорядок дня воспитанников в МДОБУ «Детский сад №16 «Ромашка»

Разработан в соответствии с п.35.15 раздела 4 ФОП ДО, ОП ДО МДОБУ «Детский сад №16 «Ромашка», АОП ДО для обучающихся с ТНР МДОБУ «Детский сад №16 «Ромашка», с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21.

Примерный режим дня в группе детей от 1 года до 2 лет

Содержание	Время	
	1 год-1,5 года	1,5 лет – 2 года
Холодный период года		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.05	7.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.30	8.05.-8.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.30-9.30	8.30-9.30
Подготовка ко сну, первый сон	9.30-12.00	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.00-9.10 9.20- 9.30
Второй завтрак (пункт 8.1.2.1. Сан ПиН 2.3/2.4.3590-20)	увеличивается калорийность основного завтрака	9.30-9.45
Подготовка к прогулке, прогулка	-	9.45-11.15
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.00-13.10 13.20-13.30	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.10-14.20	-
Подготовка ко сну, второй сон	14.30-16.00	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.00-16.30	-
Полдник	-	15.00-15.15
Активное бодрствование детей (игры, предметная	-	15.15-16.00

деятельность и другое)		
Занятия в игровой форме по подгруппам	-	15.30-15.40 15.50-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.25	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.30-18.00	16.30-18.00
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00
Прогулка с родителями (законными представителями)	19.00-20.00	
Теплый период года		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.05	7.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.30	8.05-8.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.30-10.00	8.30-11.15
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак[14]	увеличивается калорийность основного завтрака	10.30-11.00
Подготовка ко сну, первый сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	10.00-12.30	-
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.00
Подготовка к прогулке, прогулка, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.20-13.30 13.30-13.40	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.00-14.10	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30-15.00	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подьем	14.30-16.00	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	-	15.00-15.15
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		15.30-15.40 15.50-16.00
Подготовка к цужину.Ужин.	16.00-16.25	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30-18.00	16.30-18.00
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	9.30-9.45
Подготовка к прогулке, прогулка	9.45-11.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15-11.35
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.00
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.15-15.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.30-15.40 15.50-16.00
Подготовка к ужину. Ужин	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	18.00-19.00
Уход детей домой	до 19.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.30-9.00
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-11.15 9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	9.30-9.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.15-11.35
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.00
Полдник	15.00-15.15
Самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	15.30-15.40 15.50-16.00
Подготовка к ужину. Ужин	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки, игр	16.30-18.30

Уход детей домой	До 19.00

Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	**3-4 года**	**4-5 лет**	**5-6 лет**	**6-7 лет**
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
Завтрак	8.15-8.45	8.20-8.45	8.25-8.45	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Второй завтрак	9.45-9.55	9.55-10.00	10.05-10.15	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-12.00	10.05-12.00	10.15-12.15	10.50-12.15
Подготовка к обеду.Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30	12.15-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Полдник	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.15-16.10	15.15-16.15	15.15-15.45	15.15-16.30
Занятия (при необходимости)	-	-	15.45-16.10	-
Подготовка к ужину.Ужин.	16.10-16.30	16.15-16.35	16.25-16.40	16.30-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.30-18.00	16.35-18.05	16.40-18.10	16.45-18.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	18-00-19.00	18.05-19.00	18.10-19.00	18.20-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
Завтрак	8.15-8.45	8.20-8.45	8.25-8.45	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.00-12.00	9.00-12.00	9.00-12.15	9.00-12.15

Второй завтрак	9.45-9.55	9.55-10.00	10.05-10.15	10.50-11.00
Подготовка к обеду.Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30	12.15-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Полдник	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.15-16.10	15.15-16.15	15.15-15.45	15.15-16.30
Ужин	16.10-16.30	16.15-16.35	16.25-16.40	16.30-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.30	16.35-18.35	16.40-18.40	16.45-18.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	18-30-19.00	18.35-19.00	18.40-19.00	18.45-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00