



РЕЖИМ ДНЯ МАДОУ «ДС № 2 «РЯБИНКА» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД
(холодный период года: сентябрь-май)

	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет от 4 до 7 лет	от 5 до 6 лет от 5 до 7 лет	от 6 до 7 лет
Дома. Подъем после ночного сна.	Не ранее 07.00	Не ранее 07.00	Не ранее 07.00	Не ранее 07.00	Не ранее 07.00
Утренний туалет, гигиенические процедуры	07.00-07.15	07.00-07.15	07.00-07.15	07.00-07.15	07.00-07.15
УТРЕННИЙ ПРИЁМ: индивидуальный контакт с ребёнком и родителями; утренний фильтр, осмотр детей, гигиенические процедуры	07.00-07.50	07.00-07.45	07.00-07.45	07.00-07.45	07.00-07.45
Утренняя гимнастика (на воздухе в соответствии с погодными условиями)	07.50-08.00	07.45-07.55	07.45-07.55	07.45-07.55	07.45-8.00
Самостоятельная игровая деятельность детей	-	-	-	07.55-8.00	-
Совместная деятельность педагога с детьми	-	-	-	08.00-8.10 (Ф-10)	08.00-8.10 (Ф-10)
конструктивно-модельные игры*; чтение художественной литературы*; беседы	-	-	-	10 мин.	5 мин.
в т.ч. двигательные игры малой подвижности					
Гигиенические процедуры, самообслуживание	08.00-8.10(О-10)	07.55-8.15(О-15)	07.55-8.15(О-15)	08.20-8.25(О-5)	08.20-8.25(О-5)
Подготовка к завтраку; ЗАВТРАК приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	08.10-8.40 (О-30)	08.15-8.45 (О-20)	08.15-8.35 (О-20)	08.25-8.40 (О-15)	08.25-8.40 (О-10; Ф-5)
Самостоятельная деятельность детей по собственному выбору	08.40-9.00 (О-20)	08.45-9.00 (О-15)	08.35-9.00 (О-25)	08.40-9.00 (О-20)	08.40-9.00 (О-20)
ЗАНЯТИЕ 1	09.00-09.10 (1 подгруппа)	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
ЗАНЯТИЕ 2	09.20-09.30 (2 подгруппа)	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	-	-	-	-	10 мин.
ЗАНЯТИЕ 3	-	-	-	-	10.20-10.50
Самостоятельная деятельность детей	-	-	-	10.00-10.20 (О-10)	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	09.30-9.40 (О-10)	9.40-09.50 (О-10)	09.50-10.00 (О-10)	10.20-10.30 (О-10)	10.10-10.20 (О-10)
Гигиенические процедуры, самообслуживание, подготовка к прогулке	09.40-09.50 (О-10)	09.50-09.55 (О-5)	10.00-10.05 (О-5)	10.30-10.40 (О-10)	
ПРОГУЛКА на свежем воздухе: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, труд, самостоятельная деятельность	09.50-11.20 (О-85; Ф-5)	09.55-11.25 (О-85; Ф-5)	10.05-11.35 (О-80; Ф-10)	10.40-12.10 (О-50; Ф-40)	10.50-12.20 (О-50; Ф-40)
в т.ч. игры средней и высокой подвижности*	25 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена, самообслуживание	11.20-11.30 (О-10)	11.25-11.30 (О-5)	11.35-11.40 (О-5)	12.10-12.15 (О-5)	12.20-12.25 (О-5)
Подготовка к обеду: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, поведения, еды; ОБЕД	11.30-12.00 (О-25; Ф-5)	11.30-12.00 (О-25; Ф-5)	11.40-12.00 (О-15; Ф-5)	12.15-12.30 (О-15; Ф-5)	12.25-12.40 (О-15; Ф-5)

Подготовка ко сну, ДНЕВНОЙ СОН	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика в т.ч. игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА*	15.00-15.10 (О-10)	15.00-15.20 (О-20)	15.00-15.15 (О-15)	15.00-15.15 (О-15)	15.10-15.20 (О-10)
	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
ПОЛДНИК (напитки)	15.05	15.05	15.05	15.05	15.10
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору (свободное время)	-	-	-	15.40-15.50 (О-10)	15.20-15.30 (О-10)
ЗАНЯТИЕ (если не предусмотрено в 1 половину дня)	15.10-15.20 (1 подгруппа) 15.30-15.40 (2 подгруппа)	Не предусмотрено	Не предусмотрено	15.15-15.40 (О-25)	Не предусмотрено
Совместная деятельность педагога с детьми Книжкин час*, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе, индивидуальная работа	-	15.20-15.35 (Ф-15)	15.15-15.35 (Ф-20)	15.50-16.10 (Ф-20)	16.00-16.15 (Ф-15)
Гигиенические процедуры, самообслуживание		15.35-15.40 (О-5)	15.35-15.40 (О-5)	16.10-16.15 (О-5)	
Подготовка к уплотненному полднику, УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК с включением блюд ужина, приобщение к общепринятым нормам поведения во время еды	15.40-16.10 (О-30)	15.40-16.10 (О-30)	15.40-16.00 (О-20)	16.15-16.30 (О-15)	16.15-16.30 (О-15)
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору (свободное время)	16.10-16.20 (Ф-10)	16.10-16.25 (Ф-15)	16.00-16.20 (Ф-20)	16.30-16.40 (Ф-10)	16.30-16.45 (Ф-15)
Совместная образовательная деятельность педагога с детьми (по циклограмме), развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе, индивидуальная работа	16.20-17.00 (О-20; Ф-20)	16.25-17.00 (О-20; Ф-15)	16.20-17.00 (О-20; Ф-20)	16.40-17.00 (Ф-20)	16.45-17.00 (Ф-15)
Совместная деятельность педагога с детьми в рамках реализации программ дополнительного образования	17.00-17.10	17.00-17.15	17.00-17.20	17.00-17.25	17.00-17.30
ПРОГУЛКА на свежем воздухе (наблюдения, труд, приобщение к нормам коммуникации, практическая деятельность (применение новых знаний), самостоятельная игровая деятельность в т.ч. игры средней и высокой подвижности	17.10-19.00	17.15-19.00	17.20-19.00	17.25-19.00	17.30-19.00
	20 мин.	25 мин.	25 мин.	15 мин.	10 мин.
УХОД ДЕТЕЙ ДОМОЙ в сопровождении родителей (законных представителей).	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00

Соотношение режимных процессов в течение дня в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21:

- ✓ Общая продолжительность *ночного сна*, не менее 12 ч. для детей до 3 лет; 11ч. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность *дневного сна*, не менее 3 ч. для детей 1-3 лет; 2ч.30мин. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность *прогулок* в день, для детей до 7 лет не менее 3 ч. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.
- ✓ Суммарный объем *двигательной активности в день*, не менее 1,0 ч., все возрастные группы
- ✓ Продолжительность *утренней гимнастики*, не менее 10 минут, для детей до 7 лет.

*Обязательная часть ООП (О); Формируемая часть ООП (Ф).