

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____/Т.М. Ковальчук/
«_»_____ 2024г.

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное
учреждение Рассветовский детский сад «Солнышко»**

РЕЖИМ ДНЯ

с 1,6 лет до 7 лет

Организация режима пребывания детей в МКДОУ Рассветовском детском саду «Солнышко»

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные и психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемой организационной образовательной деятельности с повседневной жизнью детей в детском саду. Кроме того, учитываются климатические условия (в течение года режим дня меняется дважды). В отличие от зимнего в летний оздоровительный период увеличивается время пребывания детей на прогулке. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение. Самостоятельная деятельность детей занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов. В образовательном учреждении определен 10,5-часовой режим пребывания детей, основу которого составляет точно установленный распорядок сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, обязательных видов образовательной деятельности, прогулок и самостоятельной деятельности детей, учитывающий физиологические потребности и физические возможности детей определенного возраста. В дошкольном учреждении реализуется режим дня для шести разных возрастных групп. Разработаны модели для холодного и теплого периодов года.

Режим в группах ДОУ максимально приближен к индивидуальным особенностям ребёнка.

Это улучшает настроение ребёнка, даёт ему возможность чувствовать себя в коллективе детей более комфортно, проявлять активность в различных видах детской деятельности.

Примерный распорядок дня

| Режимные моменты | Группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|--|--------------------------------|----------------|----------------|----------------------------------|-------------------------|
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика. | 7.30–8.10 | 7.30–8.20 | 7.30–8.25 | 7.30–8.25 | 7.30–8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10–8.40 | 8.20–8.50 | 8.25–8.50 | 8.25–8.50 | 8.30–8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.40–9.00; | 8.50–9.00 | 8.50–9.00 | 8.50–9.00 | 8.50–9.00 |
| Организованная детская деятельность. | 9.00–9.20 (по подгруппам) | 9.00–09.40 | 9.00–9.50 | 9.00–10.00 | 9.00–10.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 9.20 – 9.30 | 09.40 – 10.00 | 9.50-10.00 | 10.00-10.10 | 10.40- 10.50 |
| Второй завтрак | 9.30–9.40 | 10.00–10.10 | 10.00–10.10 | 10.10–10.20 | 10.50–11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.40–11.10 | 10.10–11.40 | 10.10–11.50 | 10.20–12.00 | 11.00–12.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.10–11.25 | 11.40–11.50 | 11.50–12.00 | 12.00–12.10 | 12.10–12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.25–11.50 | 11.50–12.10 | 12.00–12.20 | 12.10–12.30 | 12.20–12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 11.50–15.00 | 12.10–15.00 | 12.20–15.00 | 12.30–15.00 | 12.40–15.10 |
| Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00–15.20 | 15.00–15.30 | 15.00–15.30 | 15.00–15.30 | 15.10–15.40 |
| Полдник (уплотненный с включением блюд ужина (см. СанПиН 2.4.1.3049-13)). | 15.20–15.40 | 15.30–15.50 | 15.30–15.45 | 15.30–15.45 | 15.40–15.50 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.40–16.20 (по подгруппам) | 15.50–16.20 | 15.45–16.30 | 15.45–16.30 (16.00-16.25 НОД) | 15.50–16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.20–17.30 | 16.20–17.30 | 16.30–17.30 | 16.30–17.30 | 16.40–17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход домой | 17.30–18.00 | 17.30–18.00 | 17.30–18.00 | 17.30–18.00 | 17.30–18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА
(от полутора до трех лет)**

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|--|----------------------------------|
| Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 - 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 – 8.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.40 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность | 9.00- 9.20 (по подгруппам) |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.20 – 9.30 |
| Второй завтрак | 9.30-9.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд). | 9.40 – 11.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30– 11.50 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 11.50 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, воздушные, водные процедуры, гимнастика | 15.00 – 15.20 |
| Усиленный полдник | 15.20 – 15.40 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.40 – 16.20 (по подгруппам) |
| Подготовка к прогулке, прогулка. | 16.20 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

2 ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА (от 1,5 до 3-х лет)

| | |
|--|----------------------------------|
| Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 - 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 – 8.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.40 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность | 9.00- 9.20 (по подгруппам) |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.20 – 9.30 |
| Второй завтрак | 9.30-9.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд). | 9.40 – 11.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30 – 11.50 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 11.50 – 15.10 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, воздушные, водные процедуры, гимнастика | 15.10 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.50 – 16.30 (по подгруппам) |
| Подготовка к прогулке, прогулка. | 16.30 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
МЛАДШАЯ ГРУППА
(от трех до четырех лет)
РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

| | |
|---|---------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к проведению непосредственной образовательной деятельности | 8.50 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность | 9.00- 9.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.40 – 10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд). | 10.10– 11.35 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.35-11.45 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.45– 12.10 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.10 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика | 15.00 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. | 15.50– 16.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.20 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
МЛАДШАЯ ГРУППА
(от трех до четырех лет)

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|--|---------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Музыка, развлечения, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 9.00- 9.25 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд) | 9.25- 10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная детская деятельность). | 10.10– 11.50 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.50-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.20 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика | 15.00 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. | 15.50– 16.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.20 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
СРЕДНЯЯ ГРУППА
(от четырех до пяти лет)**

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|---|---|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25– 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к проведению непосредственной образовательной деятельности | 8.50 – 9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность (НОД)- перерыв 10-12 мин. | 9.00- (9.18)9.20 9.30- (9.48)09.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 09.50 -10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, физическая культура). | 10.10– 11.50 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.50-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.20 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика | 15.00 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30 – 15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, организованная деятельность | 15.45– 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.30 – 18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____/Т.М. Ковальчук/
«__»_____ 2024г.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
СРЕДНЯЯ ГРУППА
(от четырех до пяти лет)**

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|---|----------------|
| Утренний прием детей (на участке). Игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак | 8.30- 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Музыка, развлечения, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд) | 9.30 -10.10 |
| Второй завтрак | 10.10-10.20 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, физическая культура). Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность | 10. 20 – 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.30 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика | 15.00 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30 – 15.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность, развлечения, чтение художественной литературы) | 15.50– 17.30 |
| Самостоятельная детская деятельность, уход детей домой | 17.30- 18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____/Т.М. Ковальчук/
«__»_____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
СТАРШАЯ ГРУППА
(от пяти до шести лет)
РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

| | |
|--|---|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности | 8.50– 9.00 |
| Организованная детская деятельность | 9.00- (9.23)9.25 9.35- (9.58)10.00 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 10.00-10.10 |
| Второй завтрак | 10.10-10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, физическая культура). | 10.20– 12.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.00-12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.30 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30-15.45 |
| Развлечения, чтение художественной литературы, занятия по интересам, НОД. | 15.45-(НОД- 16.00)16.25) 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность) | 16.30-17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____/Т.М. Ковальчук/
« » _____ 2024г

ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
СТАРШАЯ ГРУППА
(от пяти до шести лет)

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|---|-----------------------|
| Утренний прием детей (на участке). Игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак | 8.30– 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Музыка, развлечения, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд) | 9.30 -10.20 |
| Второй завтрак | 10.20-10.30 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, физическая культура). Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность | 10. 30 – 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.30 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.30 – 15.10 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, воздушные, водные процедуры, гимнастика, самостоятельная деятельность | 15.10 – 15.30 |
| Усиленный полдник | 15.30-15.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, самостоятельная деятельность, наблюдения, труд, развлечения, чтение художественной литературы) | 15.45– 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»

_____/Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ
от шести до семи лет)**

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|--|---|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность | 9.00- (9.28)9.30 9.40- (10.08)10.10 10.20- (10.48)10.50 |
| Второй завтрак | 10.50-11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, труд, физическая культура). | 11.00 – 12.10 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.10-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.40 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.40– 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.40 |
| Усиленный полдник | 15.40 – 15.55 |
| Развлечения, чтение художественной литературы, занятия по интересам, свободная деятельность | 15.55-16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, (игры, самостоятельная деятельность, наблюдения, труд) | 16.40 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»
_____ /Т.М. Ковальчук/

«__» _____ 2024г

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ
(от шести до семи лет)**

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

| | |
|--|-----------------------|
| Утренний прием детей (на участке). Игры, самостоятельная деятельность, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Музыка, развлечения, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд) | 9.30 -10.30 |
| Второй завтрак | 10.30-10.40 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, физическая культура). | 10. 40 – 12.10 |
| Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность | 12.10-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.40 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.40 – 15.10 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, водные процедуры, гимнастика, самостоятельная детская деятельность | 15.10 – 15.40 |
| Усиленный полдник | 15.40 – 15.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, самостоятельная деятельность, наблюдения, труд, развлечения, чтение художественной литературы.) | 15.50– 17.30 |
| Самостоятельная детская деятельность, уход детей домой | 17.30-18.00 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»

_____/Т.М. Ковальчук/

«__»_____ 2024г

Режим выдачи пищи

в холодный период года

| Группа | Завтрак | Второй завтрак | Обед | Усиленный полдник |
|-------------------------|---------|----------------|-------|-------------------|
| Группа раннего возраста | 08.20 | 09.25 | 11.25 | 15.20 |
| младшая | 08.25 | 09.55 | 11.45 | 15.30 |
| Средняя | 08.25 | 09.55 | 11.55 | 15.30 |
| Старшая | 08.30 | 10.05 | 12.05 | 15.30 |
| Подготовительная | 08.30 | 10.45 | 12.15 | 15.40 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
Рассветовским детским садом
«Солнышко»

_____/Т.М. Ковальчук/

«__»_____ 2024г

Режим выдачи пищи в теплый период года
с 01 июня по 31 августа

| Группа | Завтрак | Второй завтрак | Обед | Усиленный полдник |
|-------------------------|---------|----------------|-------|-------------------|
| Группа раннего возраста | 8:15 | 09:25 | 11:20 | 15:20 |
| Младшая | 8:25 | 09:55 | 11:55 | 15:25 |
| Средняя | 8:25 | 10:05 | 12:05 | 15:25 |
| Старшая | 8:25 | 10:15 | 12:05 | 15:25 |
| Подготовительная | 8:30 | 10:25 | 12:15 | 15:35 |