

Смирнова  
Ольга  
Анатольевна

Подписано цифровой  
подписью: Смирнова  
Ольга Анатольевна  
Дата: 2023.10.16  
02:43:53 +03'00'

Приложение № 2

УТВЕРЖДЕНО:  
И.о. заведующей МКДОУ  
Мостовской детский сад  
О.А. Смирнова  
Приказ № 75 от 31 августа 2023 г.

Режим дня  
воспитанников МКДОУ Мостовской детский сад  
в холодный период года

| Режимные процессы /характер деятельности                                                                                                        | Подготовительная группа           | Старшая группа            | Средняя группа            | II младшая группа         | I младшая группа          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
|                                                                                                                                                 | 6–7 лет                           | 5–6 лет                   | 4–5 лет                   | 3–4 года                  | 1,5–3 года                |
| 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               |
| В дошкольном учреждении                                                                                                                         |                                   |                           |                           |                           |                           |
| Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры, дежурство, самостоятельная игровая деятельность, работа в книжном уголке | 07:00–08:10                       | 07:00–08:25               | 07:00–08:25               | 07:00–08:20               | 07:00–08:20               |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                             | 08:10–08:20<br>(10 минут)         | 08:25–08:35<br>(10 минут) | 08:25–08:35<br>(10 минут) | 08:20–08:30<br>(10 минут) | 08:20–08:30<br>(10 минут) |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание                                                                                                       | 08:20–08:30                       | 08:35–08:40               | 08:35–08:40               | 08:30–08:40               | 08:30–08:40               |
| Подготовка к приему пищи, прием пищи № 1 (завтрак)                                                                                              | 08:30–08:45                       | 08:40–08:55               | 08:40–08:55               | 08:40–0:50                | 08:40–08:50               |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание. Самостоятельная игровая деятельность детей (свободное время)                                         | 08:45–09:00                       | 08:55–09:10               | 08:55–09:10               | 08.50-09.00               | 8.50-9.11                 |
| Организованная образовательная деятельность                                                                                                     | НОД – 30 минут                    | НОД 25 минут              | НОД 20 минут              | НОД 15 минут              | НОД 9 минут               |
| Занятие № 1 и двигательные минутки                                                                                                              | 09:00–09:30                       | 09:10–09:35               | 09:10–09:35               | 09:00–09:15               | 09:11–09:20               |
| Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности                                                                             | 09:30–09:40                       | 09:35–09:45               | 09:35–09:50               | 09:15–09:25               | 09:20–09:30               |
| Занятие № 2 и двигательные минутки                                                                                                              | 09:40–10:10                       | 09:45–10:10               | 09:50–10:10               | 09.45 - 10.00             | 10.01-10.10               |
| Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)                                                                                       | 10:10–10:20<br>ОДД<br>10.20-10-50 | 10:10–10:30               | 10.10–10:30               | 10.10–10:20               | 10.10–10:20               |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке                                                          | (10.20-10.40)<br>10:50–11.05      | 10:30–10:50               | 10:30–10:50               | 10:20–10:30               | 10.20–10:30               |
| Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)                                                                                             | (10:40-12:00)<br>11.05-12.00      | 10:50–12:00               | 10:50–12:00               | 10:30–11:20               | 10:30–11:20               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                     |                                                                           |                                                                        |                                                                       |                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| игры средней и высокой подвижности                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30 мин                                                                              | 30 мин                                                                    | 30 мин                                                                 | 30 мин                                                                | 20 мин                                                                |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание, самостоятельная деятельность детей                                                                                                                                                                                                    | 12:00–12:10                                                                         | 12:00–12:10                                                               | 12:00–12:10                                                            | 11:20–11:35                                                           | 11:20–11:35                                                           |
| Подготовка к приему пищи, <b>прием пищи № 3 (обед)</b>                                                                                                                                                                                                                                                   | 12:10–12:30                                                                         | 12:10–12:30                                                               | 12:10–12:30                                                            | 11:35–12:00                                                           | 11:35–12:00                                                           |
| Подготовка ко сну (музыкальная терапия, релаксация)                                                                                                                                                                                                                                                      | 5-10 минут                                                                          | 5-10 минут                                                                | 5-10 минут                                                             | 5-10 минут                                                            | 5-10 минут                                                            |
| Дневной сон                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 12:40–15:10<br>(2ч30мин)                                                            | 12:40–15:10<br>(2ч30мин)                                                  | 12:40–15:10<br>(2ч30мин)                                               | 12:10–14:20<br>(3 часа)                                               | 12:10–15:10<br>(3 часа)                                               |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика                                                                                                                                                                                                         | 15:10–15:30<br>3 мин<br>(в постели)                                                 | 15:10–15:30<br>2 мин<br>(в постели)                                       | 15:10–15:30<br>2 мин<br>(в постели)                                    | 14:20–15:30<br>2 мин<br>(в постели)                                   | 15:10–15:30<br>2 мин<br>(в постели)                                   |
| в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА                                                                                                                                                                                                                 | 7 мин<br>3 мин                                                                      | 5 мин<br>3 мин                                                            | 5 мин<br>3 мин                                                         | 3 мин<br>2 мин                                                        | 3 мин<br>2 мин                                                        |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание<br>Подготовка к приему пищи,<br><b>прием пищи № 4 (полдник)</b> Гигиенические процедуры, самообслуживание                                                                                                                                                      | 15:30–15:45                                                                         | 15:30–15:50                                                               | 15:30–15:50                                                            | 15:30–15:50                                                           | 15:30–15:50                                                           |
| Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время)                                                                                                                                                                                                              | 15.45-16.30                                                                         | 15.50-16.15                                                               | 15.50-16.15                                                            | 15.50-16.15                                                           | 15.50-16.15                                                           |
| Организованная образовательная деятельность.<br><b>Занятие № 3</b><br>или<br>Самостоятельная игровая деятельность детей (свободное время) или<br>Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках регионального компонента программы дошкольного образования, <b>досуги и развлечения</b> | 15:50–16:25<br><br>ДОСУГИ<br>15.50-16.25 (не более 40 минут)<br>(один раз в неделю) | 15:50–16:20<br><br>15.50-16.20 (не более 40 минут)<br>(один раз в неделю) | Не предусмотрено<br><br>15.50- 16.20 (30 минут)<br>(один раз в неделю) | Не предусмотрено<br><br>16.00-16.20 (20 минут)<br>(один раз в неделю) | Не предусмотрено<br><br>16.00-16.20 (20 минут)<br>(один раз в неделю) |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание                                                                                                                                                                                                                                                                | 16:25–16:30                                                                         | 16:20–16:25                                                               | 16:20–16:25                                                            | 16:15–16:25                                                           | 16:15–16:25                                                           |
| Подготовка к приему пищи,<br><b>прием пищи № 5 (ужин)</b>                                                                                                                                                                                                                                                | 16:30–16:45                                                                         | 16:25–16:45                                                               | 16:25–16:45                                                            | 16:25–16:45                                                           | 16:25–16:45                                                           |
| Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)                                                                                                                                                                                                                               | 16:45–19:00                                                                         | 16:45–19:00                                                               | 16:45–19:00                                                            | 16:45–19:00                                                           | 16:45–19:00                                                           |
| в том числе, игры средней и высокой подвижности                                                                                                                                                                                                                                                          | 20 мин                                                                              | 20 мин                                                                    | 20 мин                                                                 | 20 мин                                                                | 20 мин                                                                |
| Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)                                                                                                                                                                                                                  | До 19:00                                                                            | До 19:00                                                                  | До 19:00                                                               | До 19:00                                                              | До 19:00                                                              |

«Разговоры о важном» проводятся в возрасте от 2-7 лет один раз в неделю

Младшая и средняя группа – 15-20 минут

Старшая и подготовительная группа – 25-30 минут