Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 55
_____О.А. Савина
приказ № 92-од от 31.08.2023г.

Режим дня

1 младшая группа

Содержание		*время*
Холодный период года (сентябрь-май)		
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.30-8.00
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
3	Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.30-8.50
4	Образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД), физкультурно-оздоровительная и художественно-эстетическая деятельность	9.00-9.35
5	Игры	9.40-10.00
6	II завтрак	10.00-10.15
7	Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.20
8	Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.40
9	Подготовка к обеду, игры, обед	11.40-12.10
10	Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00
11	Постепенный подъем детей, воздушные процедуры, игровой массаж	15.00-15.30
12	Полдник	15.30-15.45
13	Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам	15.45-16.20
14	Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-18.30
Теплый период года (июнь-август)		
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика на участке детского сада	6.30-8.00
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
3	Игры, подготовка к прогулке, к образовательной деятельности	8.30-8.50
4	НОД физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла	8.50-9.05
5	игры	9.05-9.40
6	II завтрак	9.40-9.50
7.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры)	9.50-11.30
8	Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-11.50
9	Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
10	Подготовка к дневному сну, сон	12.30-15.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 55", Савина Ольга Алексеевна, Заведующий **15.12.23** 11:13 (MSK) Сертификат 0DAEE32EA6FC2DDC06F5528BD0BC24A5

11	Подъем детей, игровой массаж, игры	15.00-15.20
12	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
13	Игры, подготовка к прогулке и выход на прогулку	15.45-16.05
14	Прогулка (наблюдения, самостоятельная деятельность, игры),уход детей домой	16.05-18.30

(2 младшая группа)

№ п/п	*Теплый период(июнь-август)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.30 – 8.20
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.55
3	Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.55 – 9.15
4	Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла	9.15 – 9.30
5	Игры	9.30 – 9.45
6	II завтрак	9.45 – 9.55
7	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, воздушные, солнечные процедуры)	9.55 – 11.35
8	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.35 – 11.55
9	Подготовка к обеду, обед	11.55 – 12.25
10	Подготовка к дневному сну, сон	12.25 – 15.15
11	Постепенный подъем детей, игры, самостоятельная деятельность	15.15 – 15.25
12	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50

13	Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.50-16.20
14	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения), уход детей домой	16.20 – 18.30

№ п/п	*Холодный период (сентябрь-май)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.30 – 8.20
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
3	Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.50 – 9.00
4	Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	9.00 – 9.45
5	II завтрак	9.45 – 9.55
6	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, воздушные, солнечные процедуры)	9.55 – 11.35
7	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.35 – 11.55
8	Подготовка к обеду, обед	11.55 – 12.25
9	Подготовка к дневному сну, сон	12.25 – 15.00
10	Постепенный подъем детей, игры, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.25
11	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50
12	Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.50-16.20
13	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения), уход детей домой	16.20 – 18.30

(средняя группа)

№ п/п	*Теплый период (июнь-август)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	6.30– 8.25
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.55
3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	8.55 – 9.20
4	Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла	9.20 – 10.00
6	II завтрак	10.00-10.10
7	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, воздушные и солнечные процедуры)	10.10 – 11.40
8	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.40 – 12.00
9	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
10	Подготовка к дневному сну, сон	12.30 – 15.15
11	Постепенный подъем, игра	15.15 – 15.25
12	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50
13	Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	15.50-16.30
13	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 –18.30

№ п/п	*Холодный период (сентябрь- май)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	6.30– 8.25
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50

3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	8.50 – 9.00
4	Непосредственно образовательная деятельность(образовательные ситуации на игровой основе)	9.00 – 9.50
6	II завтрак	10.00 – 10.15
7	Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 – 11.40
8	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.40 – 12.00
9	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
10	Подготовка к дневному сну, сон	12.30 – 15.00
11	Постепенный подъем, игра	15.00 – 15.25
12	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50
13	Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	15.50-16.30
14	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 –18.30

(Старшая группа)

№ п/п	*Теплый период(июнь-август)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	6.30 – 8.30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	9.00 – 9.15
4	Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного или художественно-эстетического цикла	9.15 – 9.45

5	Игры	9.45 – 10.00
6	II завтрак	10.00 – 10.10
7	Подготовка к прогулке, водные процедуры, игры	10.10 – 12.05
8	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	12.05 – 12.25
9	Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.55
10	Подготовка к дневному сну, сон	12.55 – 15.15
11	Постепенный подъем, игра	15.15 – 15.25
12	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.45
13	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	15.45-16.30
13	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд детей на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 –18.30

№ п/п	*Холодный период(сентябрь-май)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	6.30 – 8.30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	8.50 – 9.00
4	Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 10.45
5	II завтрак	10.00 – 10.10
6	Подготовка к прогулке, водные процедуры, игры	10.50 – 12.05
7	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	12.05 – 12.25
8	Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.55
9	Подготовка к дневному сну, сон	12.55 – 15.00

10	Постепенный подъем, игра	15.00 – 15.25
11	Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.45
12	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	15.45-16.30
13	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд детей на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.30 –18.30

(подготовительная группа)

№ п/п	*Холодный период(сентябрь-май)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей, дежурство	6.30 – 8.35
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50
3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	8.50 – 9.00
4	Непосредственно образовательная деятельность.: образовательные ситуации (общая длительность, включая перерывы)	9.00 – 11.10
6	II завтрак	10.00 – 10.15
7	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность)	11.15 – 12.30
9	Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
10	Подготовка к дневному сну, сон	13.00 – 15.00
11	Подъем детей, игра	15.00 – 15.30
12	Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
13	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.50-16.50
13	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд детей на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.50 –18.30

№ п/п	*Теплый период(июнь-август)*	
	Наименование организационных процессов	*Время*
1	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей, дежурство	6.30 – 8.35
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 9.00
3	Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности детей	9.00 – 9.10
4	Непосредственно образовательная деятельность	9.10 – 9.40
5	Игры	9.40 – 10.00
6	II завтрак	10.00 – 10.10
7	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность)	10.10 – 12.10
8	Возвращение с прогулки	12.10 – 12.30
9	Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
10	Подготовка к дневному сну, сон	13.00 – 15.15
11	Подъем детей, игра	15.15 – 15.30
12	Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
13	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.50-16.50
14	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд детей на участке, самостоятельная деятельность), уход детей домой	16.50 –18.30

4.Объем недельной двигательной активности обучающихся в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
	25 мин	35 мин	50 мин	50 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10мин
	25 мин	50 мин	50 мин	50 мин
Физкультминутки в середине непосредст-венно образовательной деятельности статического характера	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
	18 мин	20 мин	30 мин	35 мин
Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 8-10 мин	На музыкальных занятиях 10-12 мин	На музыкальных занятиях 12-15 мин	На музыкальных занятиях 12-15 мин
	16 мин	20мин	30 мин	30 мин
Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	3 раза в неделю 25 мин	3 раза в неделю 30 мин
	45 мин	1 час	1 час 15 мин	1час 30мин
Подвижные игры, элементы спортивных игр на дневной и вечерней прогулке	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин	Ежедневно не менее двух игр по 12-15 мин
	2 часа	2 часа 30 мин	3 часа	3 часа 30 мин
Гимнастика после сна.	5 мин	6 мин	7 мин	8 мин
	25мин	30мин	35 мин	40 мин

Всего в неделю	4 часа 34 мин	6 часов 5 мин	7 часов 30 мин	8 часов 25 мин
Физкультурные досуги	1 раз в месяц 15-20 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 30 мин
Спортивные праздники	4 раза в год 15-20 мин	4 раза в год 20 мин	4 раза в год 25 мин	4 раза в год 30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно по потребности детей			

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
	25 мин	35 мин	50 мин	50 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10мин
	25 мин	50 мин	50 мин	50 мин
Физкультминутки в середине непосредственно образовательной деятельности статического характера	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
	18 мин	20 мин	30 мин	35 мин
Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 8-10 мин	На музыкальных занятиях 10-12 мин	На музыкальных занятиях 12-15 мин	На музыкальных занятиях 12-15 мин
	16 мин	20мин	30 мин	30 мин
Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	3 раза в неделю 25 мин	3 раза в неделю 30 мин
	45 мин	1 час	1 час 15 мин	1час 30мин
Подвижные игры, элементы спортивных игр на дневной и вечерней прогулке	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин	Ежедневно не менее двух игр по 12-15 мин

	2 часа	2 часа 30 мин	3 часа	3 часа 30 мин
Гимнастика после сна.	5 мин	6 мин	7 мин	8 мин
	25мин	30мин	35 мин	40 мин
Всего в неделю	4 часа 34 мин	6 часов 5 мин	7 часов 30 мин	8 часов 25 мин
Физкультурные досуги	1 раз в месяц 15-20 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 30 мин
Спортивные праздники	4 раза в год 15-20 мин	4 раза в год 20 мин	4 раза в год 25 мин	4 раза в год 30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно по потребности детей			