

**Режим дня
воспитанников МБДОУ
«Детский сад №75»
на 2023-2024 учебный год
(Холодный и теплый периоды)**

Режим дня группы раннего возраста (от 1 до 2 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:00	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:00–8:10	Утренняя гимнастика
8:10–8:40	Подготовка к завтраку, завтрак
8:40–9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
По подгруппам 9:00–9:10 9:20-9:30	Непосредственная образовательная деятельность
9:30-10:00	Игры, самостоятельная деятельность
10:00–10:10	Второй завтрак
10:10–11:15	Подготовка к прогулке, прогулка
11:15-11:30	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
11:30-12:00	Подготовка к обеду, обед
12:00–15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00–15:15	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:15–15:30	Подготовка к полднику, полдник
15:45–15:55 16:00-16:10	Непосредственная образовательная деятельность
15:45–17:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:00–17:10	Возвращение с прогулки, игры
17:10-17:40	Подготовка к ужину, ужин
17:40-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня группы раннего возраста (от 1 до 2 лет)-теплый период

Время	Содержание
7:00-8:05	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:05-8:45	Подготовка к завтраку, завтрак
8:45-9:25	Игры, самостоятельная деятельность детей,
9:55	Второй завтрак
9:25-11:10	Подготовка к прогулке, прогулка
11:10-11:30	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
11:30-12:00	Подготовка к обеду, обед
12:00-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:30	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:30-15:45	Подготовка к полднику, полдник
15:45-17:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:00-17:10	Возвращение с прогулки, игры
17:10-17:30	Подготовка к ужину, ужин
17:40-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня группы раннего возраста (от 2 до 3 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:00	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:00–8:10	Утренняя гимнастика
8:10–8:35	Подготовка к завтраку, завтрак
8:35–9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
По подгруппам 9:00–9:10 9:20-9:30	Непосредственная образовательная деятельность
9:30-10:00	Игры, самостоятельная деятельность
10:00–10:10	Второй завтрак
10:10–11:15	Подготовка к прогулке, прогулка
11:15-11:30	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
11:30-12:00	Подготовка к обеду, обед
12:00–15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00–15:15	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:15–15:30	Подготовка к полднику, полдник
15:45–15:55 16:00-16:10	Непосредственная образовательная деятельность
15:45–17:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:00–17:10	Возвращение с прогулки, игры
17:10-17:40	Подготовка к ужину, ужин
17:40-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня группы раннего возраста (от 2 до 3 лет)-теплый период

Время	Содержание
7:00-8:10	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:10-8:40	Подготовка к завтраку, завтрак
8:40-9:30	Игры, самостоятельная деятельность детей,
10:00	Второй завтрак
9:30-11:40	Подготовка к прогулке, прогулка
11:40-12:00	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:00-12:30	Подготовка к обеду, обед
12:30-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:30	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:30-15:45	Подготовка к полднику, полдник
15:45-17:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:30-17:40	Возвращение с прогулки, игры
17:40-18:00	Подготовка к ужину, ужин
18:00-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня младшей группы (от 3 до 4 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:10	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:10–8:20	Утренняя гимнастика
8:15–8:40	Подготовка к завтраку, завтрак
8:40–9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
9:00–9:40	Непосредственная образовательная деятельность
9:40-10:05	Игры, самостоятельная деятельность
10:05–10:10	Второй завтрак
10:10–12:00	Подготовка к прогулке, прогулка
12:00-12:20	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:20-12:50	Подготовка к обеду, обед
12:50–15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00–15:20	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:20–15:35	Подготовка к полднику, полдник
15:35–17:40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:40–17:50	Возвращение с прогулки, игры
17:50-18:10	Подготовка к ужину, ужин
18:10-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня младшей группы (от 3 до 4 лет)- теплый период

Время	Содержание
7:00-8:20	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:20-8:40	Подготовка к завтраку, завтрак
8:40-9:00	Игры, самостоятельная деятельность детей,
10:05	Второй завтрак
9:00-12:00	Подготовка к прогулке, прогулка
12:00-12:20	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:20-12:50	Подготовка к обеду, обед
12:50-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:20	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:20-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-17:40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:40-17:50	Возвращение с прогулки, игры
17:50-18:10	Подготовка к ужину, ужин
18:10-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня средней группы (от 4 до 5 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:10	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:10-8:20	Утренняя гимнастика
8:15-8:45	Подготовка к завтраку, завтрак
8:45-9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
9:00-9:50	Непосредственная образовательная деятельность
9:50-10:10	Игры, самостоятельная деятельность
10:10-10:15	Второй завтрак
10:15-12:10	Подготовка к прогулке, прогулка
12:10-12:30	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:30-13:00	Подготовка к обеду, обед
13:00-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-17:50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:50-18:00	Возвращение с прогулки, игры
18:00-18:20	Подготовка к ужину, ужин
18:20-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня средней группы (от 4 до 5 лет)- теплый период

Время	Содержание
7:00-8:20	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:20-8:45	Подготовка к завтраку, завтрак
8:45-9:00	Игры, самостоятельная деятельность детей,
10:10	Второй завтрак
9:00-12:10	Подготовка к прогулке, прогулка
12:10-12:30	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:30-13:00	Подготовка к обеду, обед
13:00-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-17:50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
17:50-18:00	Возвращение с прогулки, игры
18:00-18:20	Подготовка к ужину, ужин
18:20-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня старшей группы (от 5 до 6 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:20	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:20–8:30	Утренняя гимнастика
8:30–8:50	Подготовка к завтраку, завтрак
8:50–9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
9:00–10:35	Непосредственная образовательная деятельность
10:35-10:55	Игры, самостоятельная деятельность
10:35–10:40	Второй завтрак
11:00–12:25	Подготовка к прогулке, прогулка
12:25-12:45	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:45-13:10	Подготовка к обеду, обед
13:10–15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00–15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25–15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40–18:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
18:00–18:10	Возвращение с прогулки, игры
18:10-18:30	Подготовка к ужину, ужин
18:30-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня старшей группы (от 5 до 6 лет)- теплый период

Время	Содержание
7:00-8:30	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:30-8:50	Подготовка к завтраку, завтрак
8:50-9:00	Игры, самостоятельная деятельность детей,
10:10	Второй завтрак
9:00-12:25	Подготовка к прогулке, прогулка
12:25-12:45	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:45-13:10	Подготовка к обеду, обед
13:10-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-18:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
18:00-18:10	Возвращение с прогулки, игры
18:10-18:30	Подготовка к ужину, ужин
18:30-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня подготовительной группы (от 6 до 7 лет)- холодный период

Время	Содержание
7:00-8:30	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры
8:30-8:40	Утренняя гимнастика
8:40-8:55	Подготовка к завтраку, завтрак
8:55-9:00	Игры, свободная деятельность детей, подготовка к НОД
9:00-10:50	Непосредственная образовательная деятельность
10:50-11:10	Игры, самостоятельная деятельность
10:15-10:20	Второй завтрак
11:10-12:30	Подготовка к прогулке, прогулка
12:30-12:50	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:50-13:15	Подготовка к обеду, обед
13:15-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-18:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
18:00-18:10	Возвращение с прогулки, игры
18:10-18:30	Подготовка к ужину, ужин
18:30-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества

Режим дня подготовительной группы (от 6 до 7 лет)- теплый период

Время	Содержание
7:00-8:40	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, утренняя гимнастика на воздухе
8:40-8:55	Подготовка к завтраку, завтрак
8:55-9:05	Игры, самостоятельная деятельность детей,
10:15	Второй завтрак
9:05-12:30	Подготовка к прогулке, прогулка
12:30-12:50	Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы
12:50-13:15	Подготовка к обеду, обед
13:15-15:00	Подготовка ко сну, дневной сон
15:00-15:25	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15:25-15:40	Подготовка к полднику, полдник
15:40-18:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры на воздухе, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)
18:00-18:10	Возвращение с прогулки, игры
18:10-18:30	Подготовка к ужину, ужин
18:30-19:00	Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества