

УТВЕРЖДЕН  
Заведующий МБДОУ детский сад № 6  
Е.А.Синюк  
Приказ МБДОУ детский сад № 6  
от 31 августа 2023 г. № 50

**Распорядок и режимы дня  
в МБДОУ детский сад № 6 «Яблонька»**

**Распорядок**

Наименование	Содержание деятельности
Утро радостных встреч С 7.30 до 8.10	Осмотр детей, самостоятельная деятельность, прогулка
Зарядись зарядкой 8.10-8.30	Физические упражнения с предметами и без, подвижные и малоподвижные игры
Завтрак 8.30 -9.00	Дежурство, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, процедуры после приема пищи
Час интересных дел 9.00-10.00	Подготовка к занятиям, занятия, включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин
Утренняя прогулка 10.00 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки
Второй завтрак 10.30 -11.00	Дежурство, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, процедуры после приема пищи
Обед 12.00-13.00	Дежурство, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, процедуры после приема пищи
Дневной сон 13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры
Полдник 15.40-16.00	Дежурство, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, прием пищи, процедуры после приема пищи
Калейдоскоп увлечений 16.00 – 16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
Вечерняя прогулка 16.30 – 17.30	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой

**Режим в смешанной ранней группе  
(с 1,5 до 4 лет)**

	<b>холодный (сентябрь- февраль)</b>	<b>теплый (март-май)</b>	<b>летний (июнь- август)</b>
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.10	7.30 – 8.10 (на улице)	7.30 – 8.10 (на улице)
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20 (на улице)	8.10 – 8.20 (на улице)
Спокойные игры	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 – 9.10 9.15 – 9.25	9.00 – 9.10 9.15 – 9.25	9.00 – 9.10 9.15 – 9.25
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30 – 11.30	9.30 – 11.30	9.30 – 11.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, гигиенические процедуры	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 – 16.10	16.10 – 16.20	16.10 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30
Уход детей домой	до 17.30	до 17.30	до 17.30

**Режим в средней группе  
(с 4 до 5 лет)**

	<b>холодный (сентябрь- февраль)</b>	<b>теплый (март-май)</b>	<b>летний (июнь- август)</b>
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00 (на улице)	7.30 – 8.00 (на улице)
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10 (на улице)	8.00 – 8.10 (на улице)
Спокойные игры	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Час интересных дел Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 – 9.45	9.00 – 9.45	
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	10.00 – 12.00	10.00 – 12.00	9.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.10	12.30 – 15.10	12.30 – 15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Занимательные практики Занятия в игровой форме	16.05 – 16.25	16.05 – 16.25	
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.00 - 17.30
Уход детей домой	до 17.30	до 17.30	до 17.30

## Режим дня в старшей группе

(с 5 до 6 лет)

	<b>холодный (сентябрь- февраль)</b>	<b>теплый (март-май)</b>	<b>летний (июнь- август)</b>
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность Спокойные игры	7.30 – 8.10	7.30 – 8.20 (на улице)	7.30 – 8.20 (на улице)
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20 (на улице)	8.10 – 8.20 (на улице)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Час интересных дел Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	10.00 –12.00	10.00 –12.00	9.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.30 –12.50	12.30 –12.50	12.30 –12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 –15.20	12.50 –15.20	12.50 –15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20 –15.40	15.20 –15.40	15.20 –15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 –16.00	15.40 –16.00	15.40 –16.00
Занимательные практики Занятия в игровой форме	16.00 –16.25	16.00 –16.25	
Подготовка к прогулке, прогулка, Свободная самостоятельная деятельность детей	16.30 –17.30	16.30 –17.30	16.00 -17.30
Уход детей домой	до 17.30	до 17.30	до 17.30

## Режим дня в подготовительной к школе группе

(с 6 до 7 лет)

	<b>холодный (сентябрь- февраль)</b>	<b>теплый (март-май)</b>	<b>летний (июнь- август)</b>
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность Спокойные игры	7.30 – 8.10	7.30 – 8.20 (на улице)	7.30 – 8.20 (на улице)
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30	8.10 – 8.20 (на улице)	8.10 – 8.20 (на улице)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Час интересных дел Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	10.00 – 12.00	10.00 – 12.00	9.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00
Занимательные практики Занятия в игровой форме	16.00 – 16.25	16.00 – 16.25	
Подготовка к прогулке, прогулка, свобода самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.00 - 17.30
Уход детей домой	до 17.30	до 17.30	до 17.30