# Режим дня для детей от 2 до 3 лет

01 сентября 2023 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игры детей | 8.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.20-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 08.30-09.00 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.00-09.10 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 09.10-09.20 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.20-09.30 |
| Самостоятельная  деятельность | Отдых, игры | 09.30-10.15 |
| Подвижные игры | Двигательная активность, игры с правилами, логоритмические игры, ритмика | 10.1510.25 |
| Второй завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами;  Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 10.25-10.30  10.30-10.35 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка, подвижные игры .Возвращение с прогулки: переодевание | 10.35-10.45  10.45-11.45  11.45- 11.55 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 11.55-12.20 |
| Дневной сон | Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, | 12.20-12.25 |
|  | укладывание в кровати; Дневной сон; |  |
|  | Пробуждение: постепенный подъем, переодевание | 12.25-15.25 |
|  |  | 15.25-15.30 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30-15.50 |
| Прогулка, уход домой | Подготовка к прогулке: переодевание; | 15.50-16.00 |
|  | Прогулка | 16.00-18-00 |

01 сентября 2023

# Режим дня для детей от 3 до 4 лет

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игры детей | 8.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.20-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 08.30-09.00 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.00-09.15 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 09.15-09.25 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.25-09.40 |
| Самостоятельная  деятельность | Отдых, игры | 09.40-10.15 |
| Подвижные игры | Двигательная активность, игры с правилами, логоритмические игры, ритмика | 10.15-10.25 |
| Второй завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами  Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 10.25-10.30  10.30-10.35 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка, подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание | 10.35-10.40  10.40-11.55  11.55-12.00 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 12.00-12.25 |
| Дневной сон | Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, | 12.25-15.25 |
|  | укладывание в кровати; Дневной сон; |  |
|  | Пробуждение: постепенный подъем, переодевание |  |
|  |  | 15.25-15.30 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30-15.45 |
| Самостоятельная  деятельность, игры | Игры, кружки по выбору | 15.45-16.10 |
| Прогулка, уход домой | Подготовка к прогулке: переодевание; | 16.10-16.15 |
|  | Прогулка | 16.15-18-00 |

**Режим дня для детей от 4 до 5 лет**

01 сентября 2023 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игры детей | 8.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.20-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 08.30-09.00 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.00-09.20 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 09.20-09.30 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.30-09.50 |
| Подвижные игры | Двигательная активность, игры с правилами,  логоритмические игры, ритмика | 09.50-10.25 |
| Второй завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами;  Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 10.25-10.30  10.30-10.35 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка, подвижные игры  Возвращение с прогулки: переодевание | 10.35-10.40  10.40-12-20  12-20-12-25 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 12.25-12.50 |
| Дневной сон | Дневной сон;  Подъем, водные, воздушные процедуры | 12.50-15.20  15-20-15-30 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30-15.45 |
| Самостоятельная  деятельность, игры | Игры, кружки по выбору | 15.45-1610 |
| Прогулка, уход домой | Подготовка к прогулке: переодевание;  Прогулка | 16.10-16.15  16.15-18-00 |

01 сентября 2023

# Режим дня для детей от 5 до 6 лет

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игры детей | 8.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.20-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 08.30-09.00 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.00-09.25 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 09.25-09.35 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.35-10.00 |
| Самостоятельная деятельность | Двигательная активность, игры с правилами,  логоритмические игры, ритмика | 10.00-10.25 |
| Второй завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами;  Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 10.20-10.30  10.30-10.35 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание;  Прогулка, подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание | 10.35-10.40  10.40-12-20  12-20-12-25 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 12.25-12.50 |
| Дневной сон | Дневной сон;  Подъем, водные, воздушные процедуры | 12.50-15.20  15-20-15-30 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30-15.55 |
| Образовательная  нагрузка | *Занятия/игры* | 15.55-16.20 |
| Прогулка, уход домой | Подготовка к прогулке: переодевание;  Прогулка | 16.20-16.30  16.30-18-00 |

## Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад поселка Романово

УТВЕРЖДАЮ

заведующая МАДОУ д/с п.Романово

И.Г. Капитан

01 сентябряук 2023 г.

# Режим дня для детей от 6 до 7 лет

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игры детей | 8.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.20-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 08.30-09.00 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.00-09.30 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 09.30-09.40 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 09.40-10.10 |
| Перерыв | Самостоятельная деятельность | 10.10-10.20 |
| Образовательная  нагрузка | Занятие | 10-20-10-50 |
| Второй завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; прием пищи. | 10.50-11.00 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка, подвижные игры (1ч 15 мин)  Возвращение с прогулки: переодевание | 11.00-11.05  11-05-12-20  12-20-12-25 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 12.25-12.50 |
| Дневной сон | Дневной сон; (2,5 часа)  Подъем, водные, воздушные процедуры | 12.50-15.20  15-20-15-25 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи;  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30-15.40 |
| Самостоятельная  деятельность | Игры, кружки по выбору | 15.40-16.10 |
| Прогулка, уход домой | Подготовка к прогулке: переодевание;  Прогулка (1ч 45 мин) | 16.10-16.15  16.15-18-00 |