

УТВЕРЖДЕН

Приказ от \_29.08. 2024\_ №\_45-пд\_\_\_\_\_

## РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида №26 «Колосок»  
города Мичуринска Тамбовской области

| Содержание   | Время       |             |             |              |
|--|-------------|-------------|-------------|--------------|
|  | 3-4 года    | 4-5 лет     | 5-6 лет     | 6-7 лет      |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность   | 7.00-8.00   | 7.00-8.00   | 7.00-8.10   | 7.00-8.20    |
| Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)  | 8.00-8.10   | 8.00-8.10   | 8.10-8.20   | 8.20-8.30    |
| Завтрак  | 8.10-8.40   | 8.10-8.40   | 8.20-8.50   | 8.30-9.00    |
| Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям, утренний круг                                     | 8.40-9.00   | 8.40-9.00   | 8.50-9.00   |              |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-9.40   | 9.00-9.50   | 9.00-10.00  | 9.00-10.50   |
| Второй завтрак   | 9.40-10.00  | 9.50-10.00  | 10.00-10.10 | 10.10 -10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки  | 10.00-11.30 | 10.00-12.00 | 10.10-12.00 | 10.50-12.20  |
| Обед   | 11.30-12.00 | 12.00-12.30 | 12.10-12.40 | 12.20-12.50  |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, гигиенические процедуры                              | 12.00-15.00 | 12.30-15.00 | 12.40-15.10 | 12.50-15.20  |
| Полдник  | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 | 15.10-15.30 | 15.20-15.40  |
| Дополнительная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры                        | 15.30-16.00 | 15.30-16.30 | 15.30-16.20 | 15.40-16.00  |
| Вечерний круг, подготовка к прогулке, прогулка: самостоятельная деятельность детей, уход детей домой   | 16.00-17.30 | 16.30-17.30 | 16.20-17.30 | 16.00-17.30  |

**Режим и распорядок дня  
в группе детей от 1,5-х до 3-х лет**

| <b>Содержание</b>   | <b>Время</b>       |
|---|--------------------|
| <b>Холодный период года</b>   |                    |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика                        | <b>7.00-8.10</b>   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | <b>8.10-8.40</b>   |
| Игры, подготовка к занятиям   | <b>8.40-9.00</b>   |
| Занятия в игровой форме   | <b>9.00-9.30</b>   |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | <b>9.30-11.00</b>  |
| Второй завтрак  | <b>10.00-10.10</b> |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность  | <b>11.00-11.30</b> |
| Обед  | <b>11.30-12.00</b> |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | <b>12.00-15.00</b> |
| Подготовка к полднику, полдник  | <b>15.00-15.30</b> |
| Игры, самостоятельная и совместная деятельность детей   | <b>15.30-16.00</b> |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой         | <b>16.00-17.30</b> |

| <b>Теплый период года</b>   |                    |
|---|--------------------|
| Прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин) | <b>7.00-8.10</b>   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | <b>8.10-8.40</b>   |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка, игры -забавы, самостоятельная деятельность детей           | <b>8.40-11.10</b>  |
| Второй завтрак  | <b>10.00-10.10</b> |
| Подготовка к обеду, обед  | <b>11.10-12.00</b> |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры     | <b>12.00-15.00</b> |
| Подготовка к полднику. Полдник  | <b>15.00-15.30</b> |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой             | <b>15.30-17.30</b> |