



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №19»

О.В. Грошева

Приказ № 58-ОД от 30 августа 2023 г.

РАСПОРЯДОК И РЕЖИМ ДНЯ ПО ГРУППАМ

Распорядок и режим дня детей

старшей группы № 1 (5 – 6 лет)

холодный (образовательный) период (сентябрь – май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика (10 минут)	7.30 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки) Двигательная, игровая самостоятельная деятельность	9.00 – 10.35
Второй завтрак	10.35 – 10.45
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка. Возвращение с прогулки	10.45 – 12.10 (1 час 25 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10 (2, 5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Занятие	15.45 – 16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой	16.10 – 18.00 (1 час 50 минут)

Распорядок и режим дня детей
подготовительной к школе группы № 3 (6 – 7 лет)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика (10 минут)	7.30 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки) Двигательная, игровая самостоятельная деятельность	9.00 – 10.50
Второй завтрак	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка. Возвращение с прогулки	11.00 – 12.20 (1 час 20 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20 (2,5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Занятие	15.45 – 16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой	16.15 – 18.00 (1 час 45 минут)

**Распорядок и режим дня детей
старшей группы № 2 (4 – 5 лет)**
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика (10 минут)	7.30 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия по подгруппам с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки)	9.00 – 9.50
Двигательная, игровая самостоятельная деятельность	9.50 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка. Возвращение с прогулки	10.40 – 12.00 (1 час 20 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10 (2, 5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.45 – 16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой	16.10 – 18.00 (1 час 50 минут)

Распорядок и режим дня детей
подготовительной к школе группы № 4 (6 – 7 лет)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика (10 минут)	7.30 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки) Двигательная, игровая самостоятельная деятельность	9.00 – 10.50
Второй завтрак	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка. Возвращение с прогулки	11.00 – 12.20 (1 час 20 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20 (2,5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Занятие	15.45 – 16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой	16.15 – 18.00 (1 час 45 минут)

Режим дня для детей 4 -5 лет
группа № 5
холодный период года (сентябрь – май)

Содержание	Время
Утренний прием, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	07.30-08.30
Завтрак	08.30-09.00
Игры, подготовка к занятиям	09.00-09.15
Занятия с перерывами 10 минут (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки - 2 мин) Двигательная, игровая активность	09.15-10.50
Второй завтрак	10.30-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка: - исследовательская деятельность; - трудовая деятельность; - двигательная активность; - самостоятельная деятельность; - индивидуальная работа. Возвращение с прогулки.	10.45-12.15 (1 час 30 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.15 -13.00
Подготовка ко сну, сон, подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	13.00-15.30 (2,5 часа)
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, занятия (при необходимости)	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30 -18.00 (1 час 30 минут)

Режим дня для детей 6-7 лет
Группы № 6, 7
холодный период года (сентябрь – май)

Содержание	Время
Утренний прием, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	07.30-08.30
Завтрак	08.30-09.00
Игры, подготовка к занятиям	-
Занятия с перерывами 10 минут (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки - 2 мин) Двигательная, игровая активность	09.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка: - исследовательская деятельность; - трудовая деятельность; - двигательная активность; - самостоятельная деятельность; - индивидуальная работа. Возвращение с прогулки.	10.45-12.15 (1 час 30 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.15 13.00
Подготовка ко сну, сон, подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	13.00-15.30 (2,5 часа)
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, занятия (при необходимости)	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30 -18.00 (1 час 30 минут)

Режим дня для детей 5 – 6 лет
группа № 8, 9
холодный период года (сентябрь – май)

Содержание	Время
Утренний прием, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (10 минут)	07.30-08.30
Завтрак	08.30-09.00
Игры, подготовка к занятиям	09.00-09.15
Занятия с перерывами 10 минут (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки - 2 мин) Двигательная, игровая активность	09.15-10.50
Второй завтрак	10.30-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка: - исследовательская деятельность; - трудовая деятельность; - двигательная активность; - самостоятельная деятельность; - индивидуальная работа. Возвращение с прогулки.	10.45-12.15 (1 час 30 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.15 -13.00
Подготовка ко сну, сон, подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	13.00-15.30 (2,5 часа)
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, занятия (при необходимости)	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30 -18.00 (1 час 30 минут)

Распорядок и режим дня детей

группы № 10 (5 - 6 лет)

холодный (образовательный) период (сентябрь - май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки). Двигательная, игровая активность.	08.50-10.30
Второй завтрак	10.30-10.50
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка: - познавательно-исследовательская деятельность - трудовая деятельность - двигательная активность - самостоятельная деятельность - индивидуальная работа Возвращение с прогулки	10.50-12.10 (1ч.20 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20 (2,5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45
Занятие	15.45-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка Уход домой	16.10-18.00 (1 час 50 минут)

Распорядок и режим дня детей
группы № 11 (3 - 5 лет)
холодный (образовательный) период (сентябрь - май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки)	09.00-10.10
Двигательная, игровая активность	10.10-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка: - познавательно-исследовательская деятельность - трудовая деятельность - двигательная активность - самостоятельная деятельность - индивидуальная работа Возвращение с прогулки	10.40-11.50 (1ч.10 минут)
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20 (3 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45
Индивидуальная работа воспитателя. Коррекционная работа специалистов. Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность.	15.45-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка Уход домой	16.10-18.00 (1 час 50 минут)

Распорядок и режим дня детей
группы № 12 (3 - 5 лет)
холодный (образовательный) период (сентябрь - май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки)	09.00-10.10
Двигательная, игровая активность	10.10-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка: - познавательно-исследовательская деятельность - трудовая деятельность - двигательная активность - самостоятельная деятельность - индивидуальная работа Возвращение с прогулки	10.40-11.50 (1ч.10 минут)
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20 (3 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45
Индивидуальная работа воспитателя. Коррекционная работа специалистов. Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность.	15.45-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка Уход домой	16.10-18.00 (1час 50 минут)

Распорядок и режим дня детей
группы № 13 (5-7 лет)
холодный (образовательный) период (сентябрь - май)

Режимные моменты	Время
Утренний прием Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
Занятия с перерывами 10 мин. (в середине занятий динамические паузы, физкультминутки). Двигательная, игровая активность.	08.50-10.40
Второй завтрак	10.40-10.50
Подготовка к прогулке. Дневная прогулка: - познавательно-исследовательская деятельность - трудовая деятельность - двигательная активность - самостоятельная деятельность - индивидуальная работа Возвращение с прогулки	10.50-12.10 (1ч.20 минут)
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20 (2,5 часа)
Подъем, ленивая гимнастика, гигиенические процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45
Занятие	15.45-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка Уход домой	16.10-18.00 (1 час 50 минут)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559365

Владелец Грошева Ольга Вячеславовна

Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024