

Заведующий МАДОУ ЦРР -  
детский сад № 28 «Родничок»:  
Л.В.Тарасова

Приказ № 190  
от «30» 08 2023г



## РЕЖИМ ДНЯ

**в муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении  
центр развития ребёнка – детский сад № 28 «Родничок»  
города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район  
Республики Башкортостан  
на 2023– 2024 учебный год**

**Режим дня  
группы раннего возраста**

**Холодный период года**

**Режим работы: 10, 5 часов**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время</b>
<b>Дома</b> Подъём, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В ДОУ</b> Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	07.30 – 08.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.30 – 09.00
Подготовка к занятиям	08.55 – 09.00
Занятия по подгруппам	09.30 – 09.40 09.50 – 10.00
Подготовка ко второму завтраку. Завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 – 11.10
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры.	11.10 – 11.40
Подготовка к обеду. Обед.	11.40 – 12.15
Подготовка ко сну. Дневной сон. Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры, минигимнастика	12.15 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность. Подготовка к проведению занятия	15.30 – 15.45
Занятие	15.45 – 15.55
Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей	15.55 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	16.40 – 18.00
<b>Дома</b> Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 07.00

**Режим дня  
младшей группы**

**Холодный период года**

**Режим работы: 10, 5 часов**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время</b>
<b>Дома</b> Подъём, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В ДОУ</b> Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	07.30 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная игровая деятельность детей. Подготовка к занятиям	09.00 – 09.15
Занятия	09.20 – 09.35 09.45 - 10.00
Подготовка ко второму завтраку. Завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры.	10.10 – 11.50
Подготовка к обеду. Обед.	11.50 – 12.20
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.20– 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.15
Полдник, подготовка к проведению занятия	15.15 – 15.30
Занятие	15.30 – 15.45
Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.	15.45 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход домой	16.40 – 18.00
<b>Дома</b> Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 07.00

**Режим дня  
средней группы**

**Холодный период года**

**Режим работы: 10, 5 часов**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время</b>
<b>Дома</b> Подъём, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В ДОУ</b> Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	07.30 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.45
Самостоятельная игровая деятельность детей. Подготовка к занятиям	08.45 – 09.00
Занятия	09.00 – 09.20 09.30 – 09.50
Подготовка ко второму завтраку. Завтрак	09.50 – 10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры.	10.00 – 11.50
Подготовка к обеду. Обед.	11.50– 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30 – 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.15
Полдник	15.10 – 15.30
Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.	15.30 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход домой	16.40 – 18.00
<b>Дома</b> Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 07.00

**Режим дня  
старшей группы**

**Холодный период года**

**Режим работы: 10, 5 часов**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время</b>
<b>Дома</b> Подъём, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В ДОУ</b> Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	07.30 – 08.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.20 – 08.50
Самостоятельная игровая деятельность детей. Подготовка к занятиям	08.50 – 09.00
Занятия	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00
Подготовка ко второму завтраку. Завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры.	10.10 – 12.15
Подготовка к обеду. Обед.	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон. Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	12.45 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 16.00
Занятие	16.00 – 16.25
Подготовка к ДОУ, дополнительные образовательные услуги	16.25 – 17.05
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	17.05 – 18.00
<b>Дома</b> Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 07.00

**Режим дня  
подготовительной к школе группы**

**Холодный период года**

**Режим работы: 10, 5 часов**

Виды деятельности	Время
<b>Дома</b> Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30
<b>В ДОУ</b> Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	07.30 – 08.10
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.10 – 08.40
Занятия	09.00 – 09.30 09.40 – 10.10 10.20 – 10.50
Подготовка ко второму завтраку. Завтрак	10.10 – 10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры.	10.50 – 12.20
Подготовка к обеду. Обед.	12.20– 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон. Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	12.45 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной литературы. Подготовка к ДОУ, дополнительные образовательные услуги	15.30 – 16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	16.30 – 18.00
<b>Дома</b> Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 07.00