

Содержание режима дня для детей ясельной группы (от 1,5 года до 3 лет)
на 2023-2024 год

Содержание	Время
Теплый период года	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак*	8.40 - 9.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.10 - 9.30
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9.30 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9.50 - 10.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.00 - 10.20
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки	10.20 - 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	15.50 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).



Режим дня для детей ясельной группы (от 1,5 года до 3)
на 2023-2024 год

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры.	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак*	8.40 - 9.10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.10 - 9.30
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9.30 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9.50 - 10.00
Активное бодрствование детей (физкультурные минутки)	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
Занятие 2 (в игровой форме)	15.50 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое), игры, уход детей домой.	16.00 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2:3/2.4.3590-20).



«Специальное учреждение
 Научный центр РосНИИОПС
 Ильясов Б.Б.

Заведующая



Ирина Владимировна
 ДОУ Творчество
 Детский сад №10
 Лебедянского района
 Лебедянского района
 ИНН 032100318
 ОГРН 1020300814142

Режим дня для детей младше-средней группы (от 3 до 5 лет)
 на 2023-2024 год

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 - 9.10
Занятие 1	9.10 - 9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30 - 9.40
Занятие 2	9.40 - 10.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.00- 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) кружковая деятельность	15.35-16.00.
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.00 - 16.10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры) уход домой.	16.10 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).



Положения для детей младше - средней группы (от 3 до 4 лет)
на 2023-2024 год

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак*	8.40 - 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10 - 9.30
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.30 - 9.50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.50 - 10.00
Занятие 2	10.00- 10.20
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.20 - 10.40
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10.40 - 11.40
Самостоятельная деятельность детей	11.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Подготовка к прогулке, прогулка	15.35 - 15.45
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры), уход домой	15.45- 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).



**Режим дня для детей старшей группы (от 5 до 6 лет)
на 2023 -2024 год**

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак *	8.40 - 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10 - 9.25
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.25 - 9.50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.50 - 10.00
Занятие 2	10.00 - 10.25
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.25 - 10.45
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10.45 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35
Подготовка к прогулке, прогулка	15.35 - 16.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	16.00 - 16.10*
Уход домой	16.10 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

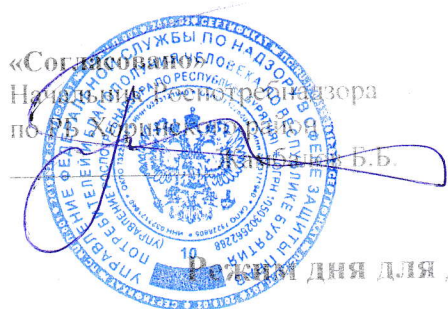


«Тверждаю»
Гэгдинский
«Белочка»
Линейцева

Режим дня для детей старшей группы (от 5 до 6 лет)
на 2023-2024 год

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак *	8.40 - 9.10
Занятие 1	9.10 - 9.35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.35 - 9.45
Занятие 2	9.45 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.05
Подготовка к полднику, полдник	15.05 - 15.20
Занятие 3	15.20 - 15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.45 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).



Распорядок дня для детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет)
на 2023-2024 год

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак *	8.40 - 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10 - 9.20
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.20 - 9.50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.50 - 10.00
Занятие 2	10.00 - 10.30
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	11.30 - 11.20
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	11.20 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое).	15.10 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.50 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).



Режим дня для детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет)
на 2023-2024г

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак *	8.40 - 9.10
Занятие 1	9.10 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2	9.50 - 10.20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10.20 - 10.30
Занятие 3	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.25
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое), кружковая деятельность	15.25 - 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.50 - 16.30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154083

Владелец Линейцева Людмила Николаевна

Действителен с 15.03.2023 по 14.03.2024