

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №108»



Режим дня

Режим выстроен в соот с требованиями СанПин1.2.3685-21 от 28.01.2021г.

| Режимные мероприятия                                                                                                                                                           | Возрастные группы МДОУ        |                                |                                |                                |                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                                                                                                                                                                | 1,5 -3 года                   | 3-4 года                       | 4-5 лет                        | 5-6 лет                        | 6-7 лет                        |
| Утренний прием<br>Осмотр детей, термометрия;<br>самостоятельная деятельность детей                                                                                             | 07.00-07.55<br>(55мин)        | 07.00-08.00<br>(60 мин)        | 07.00-08.00<br>(60 мин)        | 07.00-08.00<br>(60 мин)        | 07.00-08.10<br>(1 час 10 мин)  |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                            | 07.55 – 8.00<br>(5 мин)       | 08.00-08.05<br>(5мин)          | 08.00-08.07<br>(7 мин)         | 08.00-08.10<br>(10мин)         | 08.10-08.20<br>(10 мин)        |
| Самостоятельная деятельность детей<br>«Утренний круг»                                                                                                                          | -                             | 08.05-08.15<br>(10мин)         | 08.07-08.20<br>(13 мин)        | 08.10-08.20<br>(20 мин)        | 08.20-08.30<br>(10 мин)        |
| Подготовка к завтраку. Подготовка к<br>приему пищи: гигиенические<br>процедуры, посадка детей за столами.<br>Завтрак. Гигиенические процедуры<br>после приема пищи             | 8.00-08.35<br>(35 мин)        | 8.15-8.45<br>(30мин)           | 8.20-8.45<br>(25 мин)          | 8.20-8.45<br>(25 мин)          | 8.30-8.45<br>(15 мин)          |
| Самостоятельная деятельность детей,<br>совместная деятельность с детьми.                                                                                                       | 08.35-09.00<br>(25 мин)       | 8.45-9.00<br>(15мин)           | 8.45-9.00<br>(15мин)           | 8.45-9.00<br>(15мин)           | 8.45-9.00<br>(15мин)           |
| Непосредственная образовательная<br>деятельность с детьми (Занятие)                                                                                                            | 09.00-09.08<br>(8 мин)        | 09.00-09.15<br>(15мин)         | 09.00-09.20<br>(20 мин)        | 09.00-09.25<br>(25 мин)        | 09.00-09.25<br>(25 мин)        |
| Самостоятельная (совместная)<br>деятельность детей (физкультурные<br>минутки)                                                                                                  | 09.08-09.18<br>(10 мин)       | 09.15-09.25<br>(10мин)         | 09.20 -09.30<br>(10 мин)       | 09.25 -09.35<br>(10 мин)       | 09.25 -09.35<br>(10 мин)       |
| Непосредственная образовательная<br>деятельность с детьми (Занятие)                                                                                                            | 09.18-09.26<br>(8 мин)        | 09.25-09.40<br>(15мин)         | 09.30-09.50<br>(20 мин)        | 09.35-09.55<br>(20 мин)        | 09.35-10.00<br>(25 мин)        |
| Самостоятельная деятельность детей                                                                                                                                             | 09.26-09.40<br>(14 мин)       | 09.40-09.50<br>(10 мин)        | 09.50-10.00<br>(10 мин)        | 09.55-10.20<br>(25 мин)        | -                              |
| Второй завтрак. Подготовка к приему<br>пищи: гигиенические процедуры,<br>посадка детей за столами.<br>Гигиенические процедуры после<br>приема пищи                             | 09.40-09.55<br>(15мин)        | 09.50-10.05<br>(15 мин)        | 10.00 -10.10<br>(10 мин)       | 10.20 -10.30<br>(10 мин)       | 10.00-10.10<br>(10 мин)        |
| Непосредственная образовательная<br>деятельность с детьми (Занятие)                                                                                                            | -                             | -                              | -                              | -                              | 10.10-10.35<br>(25 мин)        |
| Подготовка к прогулке.<br>(Переодевание) Прогулка.<br>(Подвижные игры, наблюдение,<br>самостоятельная деятельность детей)                                                      | 9.55-11.15<br>(1 ч 20 мин)    | 10.05-11.40<br>(1 час 35 мин)  | 10.10-12.00<br>(1 час 50 мин)  | 10.30-12.30<br>(2 часа)        | 10.35-12.35<br>(2 часа)        |
| Возвращение с прогулки<br>(переодевание)                                                                                                                                       | 11.15-11.30<br>(15 мин)       | 11.40-11.55<br>(15 мин)        | 12.00-12.15<br>(15 мин)        | 12.30-12.40<br>(10 мин)        | 12.35-12.45<br>(10 мин)        |
| Подготовка к обеду. Обед.<br>Подготовка к приему пищи:<br>гигиенические процедуры, посадка<br>детей за столами. Гигиенические<br>процедуры после приема пищи                   | 11.30-12.00<br>(30 мин)       | 11.55-12.25<br>(30 мин)        | 12.15-12.45<br>(30 мин)        | 12.40-13.00<br>(20 мин)        | 12.45-13.00<br>(15 мин)        |
| Дневной сон. Подготовка ко сну:<br>поход в туалетную комнату,<br>переодевание, укладывание в кровати.                                                                          | 12.00-15.00<br>(3 часа)       | 12.25-15.00<br>(2 часа 35 мин) | 12.45-15.00<br>(2 часа 15 мин) | 13.00-15.00<br>(2 часа 00 мин) | 13.00-15.00<br>(2 часа 00 мин) |
| Подъем. Пробуждение, постепенный<br>подъем, закаливающие процедуры,<br>переодевание                                                                                            | 15.00-15.20<br>20мин)         | 15.00-15.15<br>(15 мин)        | 15.00-15.15<br>(15 мин)        | 15.00-15.15<br>(15 мин)        | 15.00-15.15<br>(15 мин)        |
| Совместная деятельность с детьми,<br>ООД<br>«Вечерний круг»                                                                                                                    | 15.20 – 15.38<br>(18 мин)     | 15.15-15.30<br>(15 мин)        | 15.15. - 15.50<br>(35 мин)     | 15.15. - 15.50<br>(35 мин)     | 15.15. – 16.10<br>(55 мин)     |
| Подготовка к полднику. Уплотненный<br>полдник. Подготовка к приему пищи:<br>гигиенические процедуры, посадка<br>детей за столами. Гигиенические<br>процедуры после приема пищи | 15.38-16.08<br>(30 мин)       | 15.30-15.55<br>(25 мин)        | 15.50-16.10<br>(20 мин)        | 15.50-16.10<br>(20 мин)        | 16.10-16.30<br>(20 мин)        |
| Самостоятельная деятельность детей.<br>Индивидуальная работа, игры-<br>занятия.                                                                                                | 16.08-16.50<br>(42 мин)       | 15.55-16.50<br>(55 мин)        | 16.10 -16.50<br>(40 мин)       | 16.10 -16.50<br>(40 мин)       | 16.30 -16.50<br>(20 мин)       |
| Подготовка к прогулке.<br>Переодевание.                                                                                                                                        | 16.50-17.20<br>(30 мин)       | 16.50-17.20<br>(30 мин)        | 16.50-17.00<br>(10 мин)        | 16.50-17.00<br>(10 мин)        | 16.50-17.00<br>(10 мин)        |
| Прогулка. Самостоятельная<br>деятельность детей на прогулке. Уход<br>домой.                                                                                                    | 17.20-19.00<br>(1 час 50 мин) | 17.20-19.00<br>(1 час 50 мин)  | 17.00-19.00<br>(2 часа 00 мин) | 17.00-19.00<br>(2 часа 00 мин) | 17.00-19.00<br>(2 часа 00 мин) |
| <b>Всего</b>                                                                                                                                                                   |                               | <b>720 мин</b>                 | <b>720 мин</b>                 | <b>720 мин</b>                 | <b>720 мин</b>                 |