

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
**ИСТЬИНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «КОЛОБОК»**  
 муниципального образования –  
 Старожилковский муниципальный район Рязанской области

Адрес: 391191 Рязанская область, Старожилковский район, село Истье, улица Газовиков, дом 7  
 ОГРН 1056214003889, ИНН 6221002649, КПП 622101001, тел. 8 910 900 73 40, e-mail: ovvoit@yandex.ru

Принято:  
 Педагогическим советом ДОУ  
 Протокол №1 от 31.08.2021 г.



Утверждаю:  
 Заведующий детским садом «Колобок»  
 О.В.Войтешонок  
 31.08.2021 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**

Режимные мероприятия		Группы		
Наименования	Содержание	Младшая группа	Средняя группа	Подготовительная группа
Приём детей, свободная игра.	Приём воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры.	07.00 – 08.00 длительность 1 час	07.00 – 08.00 длительность 1 час	07.00 – 08.00 длительность 1 час
Утренняя гимнастика На зарядку отводится не менее 10 мин. (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него, подвижные игры.	08.00 – 08.10 10 минут	08.00 – 08.10 10 минут	08.00 – 08.10 10 минут
Самостоятельная деятельность	Самостоятельная деятельность, беседы.	08.10 – 08.20	08.10 – 08.25	08.10 – 08.30
Подготовка к завтраку. Завтрак.	Гигиенические процедуры, самообслуживание. Подготовка к приёму пищи: - гигиенические процедуры; - посадка детей за столами; - приём пищи; - гигиенические процедуры после приёма пищи.	08.20 – 09.00 40 минут Дежурство – II полугодие	08.25 – 09.00 35 минут	08.30 – 08.50

Самостоятельная деятельность детей		-	-	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность	Занятие 1	09.00 – 09.15 <i>Занятие для детей 3 – 4 лет должно длиться до 15 минут (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	09.00 – 09.20 <i>Занятие для детей 4 – 5 лет должно длиться до 20 минут (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	09.00 – 09.30 <i>Занятие для детей 6 – 7 лет должно длиться до 30 минут (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>
Самостоятельная деятельность детей	Отдых, игры, физкультурные минутки, гигиенические процедуры. <i>Перерыв между занятиями не менее 10 минут (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)</i>	09.15 – 09.25	09.20 – 09.30	09.30 - 09.40
Организованная образовательная деятельность	Занятие 2	09.25 – 09.40 <i>Суммарная образовательная нагрузка для детей 3-4 лет не должна превышать 30 минут в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	09.30 – 09.50 <i>Суммарная образовательная нагрузка для детей 4 – 5 лет не должна превышать 40 минут в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	09.40 – 10.10 <i>Суммарная образовательная нагрузка для детей 6 – 7 лет не должна превышать 90 минут в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>
Самостоятельная деятельность детей	Отдых, игры, физкультурные минутки, гигиенические процедуры. <i>Перерыв между занятиями не менее 10 минут (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)</i>	09.40 – 10.00	09.50 – 10.00	-
Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: - гигиенические процедуры; - посадка детей за столами; - приём пищи; - гигиенические процедуры после приёма пищи.	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20
Организованная образовательная деятельность	Занятие 3	-	-	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке,	Подготовка к прогулке:	10.10 – 12.00	10.10 – 12.15	11.00 – 12.25

прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические процедуры;</li> <li>- самообслуживание.</li> </ul> Прогулка: <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения, труд, игры (в том числе игры средней и высокой подвижности – 30 минут)</li> </ul> Возвращение с прогулки: <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические процедуры;</li> <li>- самообслуживание.</li> </ul>			
Обед	Подготовка к приёму пищи: <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические процедуры;</li> <li>- посадка детей за столами;</li> <li>- приём пищи;</li> <li>- гигиенические процедуры после приёма пищи;</li> <li>- дежурство.</li> </ul>	12.00 – 12.30 <i>30 минут</i>	12.15 – 12.55 <i>40 минут</i>	12.25 – 12.55 <i>30 минут</i>
Дневной сон	Подготовка ко сну: <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические процедуры;</li> <li>- самообслуживание;</li> <li>- укладывание в кровати;</li> <li>- дневной сон.</li> </ul>	12.30 – 15.30 <i>На сон отводится не менее 2,5 часов (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	12.55 – 15.30 <i>На сон отводится не менее 2,5 часов (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	12.55 – 15.30 <i>На сон отводится не менее 2,5 часов (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21).30</i>
Постепенный подъём	Пробуждение: <ul style="list-style-type: none"> <li>- постепенный подъём;</li> <li>- закаливающие процедуры;</li> <li>- гигиенические процедуры,</li> <li>- профилактическая гимнастика (в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА)</li> </ul>	15.00 – 15.30 <i>30 минут</i>	15.00 – 15.30 <i>30 минут</i>	15.00 – 15.30 <i>30 минут</i>
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная	Игры, проекты	15.30 – 16.05	15.30 – 16.10	15.30 – 16.15

деятельность детей.				
Подготовка к уплотнённому полднику. Уплотнённый полдник	Гигиенические процедуры, самообслуживание. Подготовка к приёму пищи: - гигиенические процедуры; - посадка детей за столами; - приём пищи; - гигиенические процедуры после приёма пищи.	16.05 – 16.25 <i>20 минут</i>	16.10 – 16.30 <i>20 минут</i>	16.15 - 16.35 <i>20 минут</i>
Самостоятельная игровая деятельность	Самостоятельная игровая деятельность	16.25 – 17.00	16.30 – 17.00	16.35 – 17.00
Прогулка	Подготовка к прогулке: - гигиенические процедуры; - самообслуживание. Прогулка: - игры средней и высокой подвижности – 20 минут; - самостоятельная деятельность детей; - уход домой.	17.00 – 19.00 <i>На прогулку отводится не менее 3 часов в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	17.00 – 19.00 <i>На прогулку отводится не менее 3 часов в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>	17.00 – 19.00 <i>На прогулку отводится не менее 3 часов в день (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685 – 21)</i>