



Российская Федерация
ЧУКОТСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «РАДУГА» ПОСЁЛКА БЕРИНГОВСКОГО»

СОГЛАСОВАНО

педагогическим советом МБДОУ
«Детский сад «Радуга»
п. Беринговского»
(протокол от «30» августа 2023
№ 1)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБДОУ «Детский сад
«Радуга» п. Беринговского»
от «30» августа 2023 № 72-од
_____ В.В.Дегтярева

Примерный режим дня (холодный и теплый периоды)

муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Радуга» поселка Беринговского»

п. Беринговский, 2023

Режим дня 1 младшей группы (для детей от 1,5 до 3 лет)

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
<i>Холодный период года</i>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 - 9.15
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9.15 - 9.25
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.25 - 9.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.50 - 11.40
Самостоятельная деятельность детей	11.40 - 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 - 16.00
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	16.00 - 16.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое), возвращение с прогулки	16.30 - 17.30
Игры, уход детей домой	17.30 - 18.00
<i>Теплый период года</i>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 - 9.30
Образовательная нагрузка во время прогулки	9.30 - 9.40
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9.40 - 9.50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50

Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.00 - 10.20
Прогулка. 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 - 16.00
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	16.00 - 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 - 16.30
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16.30 - 16.50
Продолжение прогулки, уход детей домой	16.50 - 18.00

Режим 2 младшей группы (для детей от 3 до 4 лет)

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
<i>Холодный период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–9:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	9:00–9:15
Занятие 1	9:15–9:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:30–9:40
Занятие 2	9:40–9:55
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	9:55-10:10
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	12:30–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	16:00–16:30

Самостоятельная деятельность детей	16:30–17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17:00–17:30
Игры, уход домой	17:30–18:00
<i>Теплый период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–9:00
Подготовка к прогулке, прогулка	9:00–9:20
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:20–9:35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:35–9:45
Занятие 2	9:45–10:00
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	10:00–10:10
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, 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	12:30–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16:00–17:00
Малоподвижные игры на прогулке, уход домой	17:00–18:00

Режим дня средней группы (для детей от 4 до 5 лет)

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
<i>Холодный период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 - 8.20

Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 - 9.15
Занятие 1	9.15 - 9.35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.35 - 9.45
Занятие 2	9.45 - 10.05
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 -13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16:30
Самостоятельная деятельность детей	16:30 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	17.00 - 18.00
<i>Теплый период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.15
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.15 - 9.35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.35 - 9.45
Занятие 2	9.45 - 10.05
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.05 -10.25
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10.25 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 -13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 -15.30

Подготовка к полднику, полдник	15.30 -16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 -16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16:30 -17.00
Малоподвижные игры на прогулке, уход домой	17.00 -18.00

Режим дня старшей группы (для детей от 5 до 6 лет)

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
<i>Холодный период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 - 9.15
Занятие 1	9.15 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2	9.50 - 10.15
Второй завтрак	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 -12.35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.35 -15.05
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.05 -15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 -16.00
Занятие 3	16.00 -16:25
Самостоятельная деятельность детей	16:25 -17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	17.00 -18.00
<i>Теплый период года</i>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.20

Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.15
Образовательная нагрузка во время прогулки. Занятие 1	9.15 - 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 - 9.50
Занятие 2	9.50 - 10.15
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10.15 -10.35
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10.35 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 -12.35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.35 -15.05
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.05 -15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 -16.00
Занятие 3	16.00 -16:25
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16:25 -17.00
Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки. Уход домой.	17.00 -18.00

Режим дня подготовительной группы (для детей от 6 до 7 лет)

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
<i>Холодный период года</i>	
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 - 9.00
Подготовка к занятиям, дежурство	9.00-9.15
Занятие 1	9.15 - 9.45
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.45 – 9.55
Занятие 2	9.55 - 10.25
Перерыв между занятиями. Второй завтрак.	10.25 - 10.50

Занятие 3	10.50 - 11.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.20 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход домой	16.40 - 18.00
<i>Теплый период года</i>	
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 - 9.00
Подготовка к занятиям, дежурство	9.00-9.15
Образовательная нагрузка во время прогулки. Занятие 1	9.15 - 9.45
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.45 - 9.55
Занятие 2	9.55 - 10.25
Второй завтрак	10.25 – 10.40
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16:30 - 17.00
Малоподвижные игры на прогулке, возвращение с прогулки. Уход домой	17.00 - 18.00

