

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ ДС  
 № 40 «Дюймовочка» г. Туапсе  
 \_\_\_\_\_ Ф.В. Шхалахова  
 «31» августа 2023 г.  
 Приказ № 150 -О

## Режим дня всех возрастных групп дошкольного учреждения

### 2 группа раннего возраста (с 1.5 до 2 лет)

#### на холодный период года

Режимный процесс	Время	Продолжительность
Утренний прием, игры	7.00 – 8.00	1 час
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, подготовка к занятию)	8.30 – 8.50	20 мин
Игры-занятия (по подгруппам)	8.50 – 9.20	30 мин.
Второй завтрак	9.40 – 9.50	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20 – 11.20	2 часа
Возвращение с прогулки, игры	11.20 – 11.30	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 -12.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	<b>3 часа</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.10 – 15.25	15 мин.
Подготовка и проведение игры-занятия (по подгруппам)	15.25 – 15.55	30 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа)	15.55-16.30	35 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.00	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00– 18.30	1 час 30 мин
Возвращение с прогулки, активное бодрствование детей, игры, уход домой	18.30 – 19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 час 30 мин</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 часов</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**2 группа раннего возраста (с 1.5 до 2 лет)**  
на теплый период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием на свежем воздухе, игры	7.00 – 8.00	1 час
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, подготовка к совместной деятельности)	8.30 – 9.00	30 мин
Совместная деятельность с детьми на прогулке. Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00 – 11.15	2 часа 15 мин
Второй завтрак	9.40 – 9.50	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.15 – 11.30	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 -12.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.30	<b>3 часа 30 мин</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 15.40	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 15.55	15 мин.
Активное бодрствование детей, игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка.	15.55-17.20	1 час 25 мин
Возвращение с прогулки, игры.	17.20-17.30	10 мин.
Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.55	25 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Активное бодрствование детей, игры, уход домой	17.55- 19.00	1 час 5 мин
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>5 часа 45 мин</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 часов</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**первая младшая группа (с 2 до 3 лет)**  
на холодный период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием, игры	7.00 – 8.00	1 часа
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, подготовка к занятию)	8.35 – 8.50	15 мин
Игры-занятия (по подгруппам)	8.50 – 9.20	30 мин.
Второй завтрак	9.45 – 9.55	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20 – 11.30	2 часа 10 мин
Возвращение с прогулки, игры	11.30 – 11.40	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.40 -12.10	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 – 15.10	<b>3 часа</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.10 – 15.25	15 мин.
Игры-занятия (по подгруппам)	15.25-15.55	30 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы)	15.55 – 16.35	40 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.35 – 17.05	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.05-18.30	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 часа 35 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 часов</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**первая младшая группа (с 2 до 3 лет)**  
на теплый период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием на свежем воздухе, игры	7.00 – 8.00	1 часа
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, подготовка к совместной деятельности)	8.35 – 9.00	25 мин
Совместная деятельность с детьми на прогулке. Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00 – 11.30	2 час 30 мин
Второй завтрак	9.45 – 9.55	10 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.30 – 11.50	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.50 -12.20	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.30	<b>3 часа 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 15.45	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.45 – 16.00	15 мин.
Активное бодрствование детей, игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка.	16.00-17.25	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры	17.25-17.35	10 мин.
Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00	25 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.00- 19.00	1 час
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>5 часа 55 мин</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>8 часов 30 мин.</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**вторая младшая группа (с 3 до 4 лет)**  
на холодный период год

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием, игры	7.00 – 8.10	1ч. 10 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	30 мин.
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	10 мин
Занятия (по подгруппам) включая перерывы между непосредственной образовательной деятельностью	9.00 – 09.50	50 мин
Второй завтрак	9.50 – 10.00	10 мин.
Подготовка к прогулке прогулка	10.00–11.50	1 час 50 мин
Возвращение с прогулки, игры	11.50 – 12.00	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00	<b>3 часа</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, досуги, развлечения)	15.30 – 16.40	1 час 10 мин
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.10	30 мин.
Подготовка к прогулке прогулка	17.10-18.30	1 час 20 мин
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30– 19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 часа 10 мин</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**вторая младшая группа (с 3 до 4 лет)**  
на теплый период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием на свежем воздухе, игры	7.00 – 8.10	1ч. 10 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	20 мин.
Игры, подготовка к совместной деятельности и выход на прогулку	8.40 – 9.00	20 мин
Совместная деятельность с детьми Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00 – 11.50	2 часа 50 мин
Второй завтрак	9.50 – 10.00	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	11.50 – 12.00	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.30	<b>3 часа</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 15.50	20 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.50 – 16.05	15 мин.
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку. Прогулка.	16.05-17.30	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры	17.30-17.40	10 мин.
Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.10	30 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.10- 19.00	50 мин
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>6 часов 15 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**средняя группа (с 4 до 5 лет)**  
на холодный период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием, игры	7.00 – 8.10	1ч. 10 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50	25 мин.
Игры, подготовка занятиям	8.50 – 9.00	10 мин
Занятия (по подгруппам) включая перерывы между непосредственной образовательной деятельностью	9.00 – 10.00	55 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 -12.00	1 час 50 мин
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.20	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20	<b>2 часа 30 мин</b>
Подъем, закаливающие процедуры, самообслуживание	15.20 – 15.30	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, досуги, развлечения)	15.45– 16.45	1 час
Подготовка к ужину, ужин	16.45-17.10	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10- 18.30	1 час 30 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30– 19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 часа 20 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 часов 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**средняя группа (с 4 до 5 лет)**  
на теплый период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием на свежем воздухе, игры	7.00 – 8.10	1ч. 10 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.25	15 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.45	20 мин.
Игры, подготовка к совместной деятельности и выход на прогулку	8.45 – 9.00	15 мин
Совместная деятельность с детьми. Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00 – 12.10	3 часа 10 мин.
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	12.10 – 12.30	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	<b>2 часа 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 15.50	20 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.55-16.10	15 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.35	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры	17.35-17.45	10 мин
Подготовка к ужину, ужин	17.45-18.10	25 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Самостоятельная деятельность игры, уход	18.10- 19.00	50 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>6 часов 35 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 часов 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>



**Режим дня**  
**старшая группа (с 5 до 6 лет)**  
на холодный период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием, игры	7.00 – 8.15	1ч. 20 мин.
Утренняя гимнастика	8.15 – 8.30	15 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин.
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	10 мин
Занятия (по подгруппам) включая перерывы между непосредственной образовательной деятельностью	9.00 – 10.20	1 час 20 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке прогулка	10.20 -12.20	2 час
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	<b>2 час 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры, самообслуживание	15.30 – 15.40	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.40-15.55	15 мин.
Подготовка к занятию, занятие, досуги, развлечения	15.55-16.35	30 мин
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, досуги, развлечения)	16.35- 16.50	15 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.50 – 17.15	25 мин.
Подготовка к прогулке прогулка	17.15 – 18.30	1 час 15 мин
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30 – 19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 часа 15 мин</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**старшая группа (с 5 до 6 лет)**  
на теплый период года

<b>Режимный процесс</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность</b>
Утренний прием, игры	7.00 – 8.20	1ч. 15 мин.
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.35	15 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	20 мин.
Игры, подготовка к совместной деятельности и выход на прогулку	8.50 – 9.00	10 мин
Совместная деятельность с детьми. Самостоятельная деятельность. Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00-12.20	3 часа 25 мин.
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	12.20 – 12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	<b>2 час 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры, самообслуживание, самостоятельная деятельность	15.30 – 16.00	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	16.00-16.15	15 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15 – 17.40	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры	17.40 -17.50	10 мин
Подготовка к ужину, ужин	17.50 – 18.15	25 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.15- 19.00	45 мин
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>6 часов 50 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**подготовительная группа (с 6 до 7 лет)**  
на холодный период года

Режимный процесс	Время	Продолжительностью
Утренний прием, игры	7.00 – 8.20	1ч. 20 мин.
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.35	15 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50	15 мин.
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	10 мин
Занятия (по подгруппам) включая перерывы между непосредственной образовательной деятельностью	9.00 – 10.50	1 час 50 мин
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке прогулка	10.50 -12.20	1 час 30 мин
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.35 – 13.00	25 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	<b>2 часа 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры, самообслуживание	15.30 – 15.40	10 мин
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 15.50	10 мин.
Подготовка к занятию, занятие. Досуги, развлечения.	15.50-16.25	35 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, досуги, развлечения)	16.25 – 16.55	30 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.15	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15 – 18.45	1 час 30 мин
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45 - 19.00	30 мин.
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>3 часа</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

**Режим дня**  
**подготовительная группа (с 6 до 7 лет)**  
на теплый период года

Режимный процесс	Время	Продолжительностью
Утренний прием, игры	7.00 – 8.20	1ч. 20 мин.
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.35	15 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50	15 мин.
Игры, подготовка к совместной деятельности и выход на прогулку	8.50 – 9.00	10 мин
Совместная деятельность с детьми на прогулке. Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.00 – 12.20	3 часа 20 мин.
Второй завтрак	10.05 – 10.15	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры	12.20 – 12.30	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.35 – 13.00	25 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.30	<b>2 часа 30 мин.</b>
Подъем, закаливающие процедуры, самообслуживание, самостоятельная деятельность	15.30 – 16.00	15 мин
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.15	15 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15 – 17.45	1 час 25 мин.
Возвращение с прогулки, игры	17.45 -17.55	10 мин
Подготовка к ужину, ужин	17.55 – 18.15	20 мин.
Подготовка и выход на прогулку. Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.15- 19.00	45 мин
<b>Время пребывания на свежем воздухе</b>		<b>6 часов 50 мин.</b>
<b>Время реализации Образовательной программы</b>		<b>9 час 30 мин</b>
<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>12</b>