|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Холодный период года (1 сентября – 31 мая)*** | | | | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей, индивидуальные беседы с детьми, родителями, самостоятельные игры детей. | | | |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку | | | |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, подготовка к образовательной деятельности | | | |
| **9-00 – 9-50** | Занятия (в перерывах самостоятельная деятельность) | | | |
| **9-50 – 10-00** | Второй завтрак, гигиенические процедуры | | | |
| **10-00 - 11-10** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежемвоздухе | | | |
| **11-10-11-30** | Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры | | | |
| **11-30 - 12-00** | Подготовка к обеду, чтение худ литературы. Обед. Гигиенические  процедуры. | | | |
| **12-00 - 15-00** | Сон | | | |
| **15-00 - 15-15** | Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | | | |
| **15-15 - 15-30** | Полдник | | | |
| **15-30 – 16-00** | Самостоятельные игры, общение по интересам и выбору детей | | | |
| **16-00 – 17-00** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежемвоздухе | | | |
| **17-00 – 17-30** | Подготовка к ужину, ужин. | | | |
| **17-30 – 19-00** | Выход на прогулку. Самостоятельная деятельность детей на свежемвоздухе. Уход домой | | | |
| ***Теплый период года (1 июня – 31 августа)*** | | | | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей в группе, индивидуальные самостоятельные игры детей | беседы | с | родителями, |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку | | | |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, гигиенические процедуры. | | | |
| **9-00 – 9-10** | Учебно-развивающие занятия эстетического и физкультурного цикла  (музыкальное, изобразительная деятельность, аппликация, конструирование, физическая культура) | | | |
| **9-10 – 9-30** | Самостоятельные игры | | | |
| **9-30 – 9-40** | Второй завтрак | | | |
| **9-40 - 11-20** | Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, спортивные досуги, самостоятельная деятельность на свежем воздухе | | | |
| **11-20 - 11-30** | Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. В периоды жаркой погоды возвращение с прогулки переносится на более раннее время. | | | |
| **11-30 - 12-00** | Подготовка к обеду. Обед, гигиенические процедуры. | | | |
| **12-00 - 15-30** | Сон | | | |
| **15-00 - 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительная процедуры | гимнастика, |  | гигиенические |
| **15-30 - 15-45** | Полдник | | | |
| **15-45 – 17-30** | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, самостоятельные двигательныеигры на свежем воздухе. | | | |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин. | | | |
| **18-00 – 19-00** | Ролевые игры, театрализация, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Уход домой | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Холодный период года (1 сентября – 31 мая)** | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей , индивидуальные беседы с детьми, родителями, самостоятельные игры детей. |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, подготовка к образовательной деятельности (10 минут) |
| **9-00 – 9-50** | Занятия (в перерывах самостоятельная деятельность) |
| **9-50 – 10-00** | Второй завтрак, гигиенические процедуры |
| **10-00 - 11-10** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **11-10-11-30** | Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры |
| **11-30 - 12-00** | Подготовка к обеду. чтение худ литературы .Обед. Гигиенические  процедуры. |
| **12-00 - 15-00** | Сон |
| **15-00 - 15-15** | Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры |
| **15-20 - 15-30** | Полдник |
| **15-30 – 16-00** | Самостоятельные игры, общение по интересам и выбору детей |
| **16-00 – 17-00** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежем  воздухе |
| **17-00 – 17-30** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **17-30 – 19-00** | Выход на прогулку. Самостоятельная деятельность детей на свежем воздухе. Уход домой |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей в группе, индивидуальные беседы с детьми, родителями, самостоятельные игры детей. |
| **Теплый период года (1 июня – 31 августа)** | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей, индивидуальные беседы самостоятельные игры детей |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, гигиенические процедуры. |
| **9-00 – 9-15** | Учебно-развивающие занятия эстетического и физкультурного цикла  (музыкальное, изобразительная деятельность, аппликация, конструирование, физическая культура) |
| **9-15 – 9-30** | Самостоятельные игры |
| **10-00 – 10-30** | Второй завтрак |
| **9-30 - 11-20** | Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, спортивные досуги, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **11-20 - 11-30** | Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. В периоды жаркой погоды возвращение с прогулки переносится на более раннее время. |
| **11-30 - 12-00** | Подготовка к обеду. Обед, гигиенические процедуры. |
| **12-00 - 15-30** | Сон |
| **15-30 - 16-00** | Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, гигиенические процедуры |
| **16-00 - 16-15** | Полдник |
| **16-15 – 17-30** | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, самостоятельные двигательные игры на свежем воздухе. |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **18-00 – 19-00** | Ролевые игры, театрализация, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Уход домой |

# средней группы

(Разработан в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20,СанПиН 1.2.3685-21)

|  |  |
| --- | --- |
| ***Холодный период года (1 сентября – 31 мая)*** | |
| **7-00 - 8-00** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с родителями, самостоятельные игры детей |
| **8-00 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры. |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, подготовка к образовательной деятельности (10 минут) |
| **9-00 – 10-30** | Занятия (в перерывах второй завтрак (10 минут), самостоятельные игры |
| **10-30 - 12-00** | Выход на прогулку, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, двигательная деятельность, самостоятельные игры) |
| **12-00 - 12-30** | Подготовка к обеду, обед. |
| **12-30 – 15-00** | Сон |
| **15-00 - 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, полдник |
| **15-30 – 16-00** | Самостоятельные игры, общение по интересам и выбору детей |
| **16-00 – 17-00** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **17-00 – 17-30** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **17-30 – 19-00** | Выход на прогулку. Самостоятельная деятельность детей на свежем воздухе. Уход домой |
| ***Теплый период года (1 июня – 31 августа)*** | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с родителями, самостоятельные игры детей |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, гигиенические процедуры. |
| **9-00 – 9-20** | Учебно-развивающие занятия эстетического цикла (музыкальное, изобразительная деятельность, аппликация, конструирование) |
| **9-20 – 9-30** | Самостоятельные игры |
| **9-30 – 9-40** | Второй завтрак |
| **9-40 - 11-45** | Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, спортивные досуги, двигательная деятельность, физическая культура, самостоятельная  деятельность на свежем воздухе |
| **11-45 - 12-00** | Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. В периоды жаркой погоды возвращение с прогулки переносится на более раннее время. |
| **12-00 - 12-30** | Подготовка к обеду. Обед, гигиенические процедуры. |
| **12-30 - 15-00** | Сон |
| **15-00 - 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, гигиенические процедуры |
| **15-30 - 15-45** | Полдник |
| **15-45 – 17-30** | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, самостоятельные двигательные игры на свежем воздухе. |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **18-00 – 19-00** | Ролевые игры, театрализация, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Уход домой |

# старшей группы

(Разработан в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20,СанПиН 1.2.3685-21)

|  |  |
| --- | --- |
| ***Холодный период года (1 сентября – 31 мая)*** | |
| **7-00 - 8-00** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с детьми и родителями, самостоятельные игры |
| **8-00 - 8-30** | Утренняя гимнастика на улице, подготовка к завтраку. |
| **8-30 - 9-00** | Завтрак, подготовка к образовательной деятельности |
| **9-00 - 10-30** | Занятия (в перерывах самостоятельная деятельность), второй завтрак . |
| **9-00-10.10** | Выход на прогулку, прогулка(наблюдения, игры,труд, экспериментирование, общение по интересам, двигательная деятельность, самостоятельные игры), |
| **10-30 – 12-15** | Выход на прогулку, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, двигательная деятельность,  самостоятельные игры). |
| **12-15– 12-30** | Подготовка к обеду, обед |
| **12-30 – 15-00** | Сон |
| **15-00 – 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, полдник |
| **15-30 – 16-30** | Занятия, индивидуальная работа с  детьми, творческая деятельность, самостоятельные игры |
| **16-30 – 17-30** | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин |
| **18-00 – 19-00** | Самостоятельная игровая деятельность детей на свежем воздухе. Уход домой. |
| ***Теплый период года (1 июня – 31 августа)*** | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с родителями, самостоятельные игры детей |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, гигиенические процедуры. |
| **9-00 – 9-25** | Учебно-развивающие занятия эстетического цикла (музыкальное, изобразительная деятельность, аппликация, конструирование) |
| **9-25 – 10-00** | Самостоятельные игры |
| **10-00 – 10-15** | Второй завтрак |
| **10-15 – 12-05** | Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, двигательная  деятельность, физическая культура, спортивные досуги, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **12-05 – 12-30** | Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. Подготовка к обеду, обед. В периоды жаркой погоды возвращение с прогулки переносится на более  раннее время. |
| **12-30 - 15-00** | Сон |
| **15-00 - 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, гигиенические процедуры |
| **15-30 - 15-45** | Полдник |
| **15-45 – 17-30** | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, самостоятельные двигательные игры на свежем воздухе. |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **18-00 – 19-00** | Ролевые игры, театрализация, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Уход домой |

Приложение

к образовательной программе

дошкольного образования

МБДОУ «Полянский детский сад

«Родничок» общеразвивающего вида

# Режим дня

**подготовительной группы**

(Разработан в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, СанПиН 1.2.3685-21)

|  |  |
| --- | --- |
| ***Холодный период года (1 сентября – 31 мая)*** | |
| **7-00 - 8-00** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с детьми и родителями, самостоятельные игры |
| **8-00 - 8-30** | Утренняя гимнастика на улице, подготовка к завтраку. |
| **8-30 - 9-00** | Завтрак, подготовка к образовательной деятельности |
| **9-00 - 10-30** | Занятия. Второй завтрак (в перерывах10 минут), самостоятельная игровая деятельность. |
| **10-30 – 12-30** | Выход на прогулку, прогулка (наблюдения, игры, труд,  экспериментирование, общение по интересам, двигательная деятельность, самостоятельные игры). |
| **12-30 – 13-00** | Подготовка к обеду, обед |
| **13-00– 15-00** | Сон |
| **15-00 – 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, полдник |
| **15-30 – 16-00** | Занятия |
| **16-00 – 16-30** | Самостоятельные игры, общение по интересам и выбору детей |
| **16-30 – 17-30** | Досуги, коммуникативная, творческая деятельность, театрализация |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин |
| **18-00 – 19-00** | Самостоятельная игровая деятельность детей на свежем воздухе. Уход домой. |
| ***Теплый период года (1 июня – 31 августа)*** | |
| **7-00 - 8-10** | Прием детей на улице, индивидуальные беседы с родителями, самостоятельные игры детей |
| **8-10 – 8-30** | Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку |
| **8-30 – 9-00** | Завтрак, гигиенические процедуры. |
| **9-00 – 9-25** | Учебно-развивающие занятия эстетического (музыкальное, изобразительная деятельность, аппликация, конструирование) |
| **9-25 – 10-00** | Самостоятельные игры |
| **10-00 – 10-15** | Второй завтрак |
| **10-15 – 12-05** | Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры, спортивные досуги, двигательная деятельность, физическая культура, самостоятельная деятельность на свежем воздухе |
| **12-05 – 12-30** | Возвращение с прогулки, самостоятельные игры. Подготовка к обеду, обед.  В периоды жаркой погоды возвращение с прогулки переносится на более раннее время. |
| **12-30– 15-00** | Сон |
| **15-00 - 15-30** | Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, гигиенические процедуры |
| **15-30 - 15-45** | Полдник |
| **15-45 – 17-30** | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, самостоятельные двигательные игры на свежем воздухе. |
| **17-30 – 18-00** | Подготовка к ужину, ужин. |
| **18-00 – 19-00** | Ролевые игры, театрализация, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность детей. Уход домой |