

Режим дня
(холодный период времени с 02.09.2024-31.05.2025)

Компоненты распорядка	Группа общеразвивающей направленности для детей				
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием и осмотр детей	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования)	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Утренняя зарядка	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к завтраку	8.35-8.45	8.35-8.45	8.35-8.45	8.35-8.45	8.35-8.45
Завтрак	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к занятиям)	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.05
Занятия	9.10-9.20	9.10-9.25	9.10-9.30	9.10-9.35	9.05-9.35
Перерыв между занятиями	9.20-9.45	9.25-9.45	9.30-9.45	9.35-9.45	9.35-9.45
Занятия	9.45-9.55	9.45-10.00	9.45-10.05	9.45-10.10	9.45-10.15
Перерыв между занятиями					10.15-10.25
Занятия					10.25-10.55
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	9.55-10.10	10.00-10.10	10.05-10.25	10.10-10.25	10.55-11.05
Второй завтрак	10.10-10.15	10.10-10.15	10.25-10.30	10.25-10.30	11.05-11.10
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к прогулке	10.15-10.35	10.15-10.35	10.30-10.40	10.30-10.40	11.10-11.15
Прогулка	10.35-11.45	10.35-11.45	10.40-11.45	10.40-12.00	11.15-12.10
Самостоятельная деятельность детей (подвижные игры)	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35	11.20-11.35
Двигательная активность (подвижные игры)	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена), подготовка к обеду	11.45-12.00	11.45-12.00	11.45-12.00	12.00-12.10	12.10-12.15
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	11.50-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	12.10-12.15	12.15-12.20
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.15-12.30	12.20-12.35

Подготовка ко сну	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.30-12.40	12.35-12.40
Сон	12.30-15.30	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10	12.40-15.10
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.30-15.40	15.00-15.20	15.00-15.10	15.10-15.20	15.10-15.20
Самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику	15.40-15.50	15.20-15.30	15.10-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.50-16.00	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Занятия и (или) самостоятельная деятельность детей (игры), подготовка к прогулке		15.40-16.10	15.40-16.05	15.40-16.10	15.40-16.10
Двигательная активность	16.00-16.10	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00
Прогулка	16.10-18.00	16.10-18.00	16.10-18.00	16.10-18.00	16.00-18.00
Уход детей домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00
Двигательная активность (подвижные игры, спортивные игры)	16.30-17.10	16.30-17.10	16.30-17.10	16.40-17.20	16.40-17.20
Самостоятельная деятельность детей (подвижные игры)	17.10-17.40	17.10-17.40	17.10-17.40	17.20-17.40	17.20-17.40
Итого					
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	20 минут	30 минут	40 минут	75 минут при организации 1 занятия после дневного сна	90 минут
Продолжительность прогулок	3ч 00 минут	3ч 00 минут	3ч 00 минут	3ч 00 минут	3ч 00 минут
Продолжительность дневного сна	3 ч 00 минут	2ч 30минут	2ч 30минут	2ч 30минут	2ч 30минут
Суммарный объем двигательной активности	1 час 30минут	1 час 30 минут	1 час 25 минут	1 час 25 минут	1 час 25 минут

Режим дня
(теплый период времени с 01.06.2025-31.08.2025)

Компоненты распорядка	Группа общеразвивающей направленности для детей				
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием и осмотр детей	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25	8.00-8.25
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования)	8.10-8.25	8.10-8.25	8.10-8.25	8.10-8.25	8.10-8.25
Утренняя зарядка	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35	8.25-8.35

Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к завтраку	8.35-9.00	8.35-9.00	8.35-9.00	8.35-9.00	8.35-9.00
Завтрак	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к занятиям), подготовка к прогулке	9.15-9.30	9.15-9.30	9.15-9.30	9.15-9.30	9.15-9.30
Прогулка	9.30-11.40	9.30-11.40	9.30-11.40	9.30-11.40	9.30-11.40
Двигательная активность (активный отдых, подвижные и спортивные игры и упражнения 60минут), самостоятельная деятельность детей (игры 60 минут)	9.30-10.30	9.30-10.30	9.30-10.30	9.30-10.30	9.30-10.30
Второй завтрак	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	11.40-11.55	11.40-11.55	11.40-11.55	11.40-11.55	11.40-11.55
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
Сон	12.30-15.30	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.30-15.40	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику	15.40-15.50	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.50-16.00	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к прогулке	16.00-16.20	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Прогулка	16.20-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00
Двигательная активность (активный отдых, подвижные и спортивные игры и упражнения 60минут), самостоятельная деятельность детей (игры 30 минут)	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.30
Уход детей домой	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00	17.50-18.00
Итого					
Продолжительность прогулок	3ч 50 минут	4ч 10 минут	4ч 10 минут	4ч 10 минут	4ч 10 минут
Продолжительность дневного сна	3ч 00минут	2ч 30минут	2ч 30минут	2ч 30минут	2ч 30минут
Суммарный объем двигательной активности	2 час 20 минут	2 час 20 минут	2 час 20 минут	2 час 20 минут	2 час 20 минут

Расписание занятий

Дни недели	Группа общеразвивающей направленности				
	для детей 2-3 лет	для детей 3-4 лет	для детей 4-5 лет	для детей 5-6 лет	для детей 6-7 лет
Понедельник	1. Рисование 09.10-09.20 2. Занятие по физическому развитию 09.45-09.55	1. Рисование 09.10-09.25 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.00	1. Рисование 09.10-09.30 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.05	1. Рисование 09.10-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.10	1. Рисование 09.05-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.15 3. ФЭМП 10.25-10.55
Вторник	1.Окружающий мир 09.10-09.20 2. Музыкальная деятельность 09.45-09.55	1.Окружающий мир 09.10-09.25 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.00	1.Окружающий мир 09.10-09.30 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.05	1.Окружающий мир 09.10-09.35 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.10 3. Развитие речи 10.25-10.50	1.Окружающий мир 09.05-09.35 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.15 3. Развитие речи 10.25-10.55
Среда	1.Развитие речи 09.10-09.20 2. Занятие по физическому развитию 09.45-09.55	1.Развитие речи 09.10-09.25 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.00	1. Развитие речи 09.10-09.30 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.05	1. Развитие речи 09.10-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.10 3.Безопасность 15.40-16.05	1. Развитие речи 09.05-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.15
Четверг	2. Музыкальная деятельность 09.45-09.55	1. ФЭМП 09.10-09.25 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.00	1. ФЭМП 09.10-09.30 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.05	1. ФЭМП 09.10-09.35 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.10	1. ФЭМП 09.05-09.35 2. Музыкальная деятельность 09.45-10.15 3. Рисование 10.25-10.55

Пятница	1.Лепка/ 09.10-09.20 2. Занятие по физическому развитию 09.45-09.55	1.Лепка/аппликация 09.10-09.25 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.00	1.Лепка/аппликация 09.10-09.30 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.05	1.Лепка/аппликация 09.10-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.10 3. Социализация 10.25-10.50	1.Лепка/аппликация 09.05-09.35 2. Занятие по физическому развитию 09.45-10.15 3. Социализация/безопасность 10.25-10.55
				«Родничок» реализуется в режимных моментах в совместной деятельности педагога с детьми	

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность образовательной деятельности				
		для детей 2-3 лет	для детей 3-4 лет	для детей 4-5 лет	для детей 5-6 лет	для детей 6-7 лет
Занятие	Занятие по физическому развитию в помещении	3 раза в неделю по 10 минут	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	3 раза в неделю по 25 минут	3 раза в неделю по 30 минут
	Занятие по физическому развитию на улице				1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-35 минут
	Физкультминутки	В середине занятий	В середине занятий	В середине занятий	В середине занятий	В середине занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10 минут	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 25 – 30 минут	1 раз в месяц 40 минут
	Физкультурный праздник			2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Итого	1 часа 55 минут-2 часа 15 минут	2 часа 10 минут-2 часа 25 минут	1 часа 55 минут-2 часа 15 минут	1 часа 55 минут-2 часа 20 минут	1 часа 45 минут-2 часа 15 минут

