

Принято на заседании педагогического совета  
МБОУ – Теренгульская СОШ  
протокол № 1 от 29.08.2023г.



Утверждаю:

Директор МБОУ - Теренгульская СОШ  
А.П. Мартыновский  
Приказ № 200 от 01.09.2023г

Структурное подразделение МБОУ-Теренгульская СОШ Дошкольное образовательное учреждение – Теренгульский детский сад.

### РЕЖИМ ДНЯ

#### *Режим дня на холодный период года*

Режимные моменты	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
<b>ВОЗРАСТ</b>	2-4 лет	5-7 лет
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры, трудовая деятельность, индивидуальная деятельность	8.00-8.40	8.00-8.40
Утренняя гимнастика, в том числе на свежем воздухе (для старшего дошкольного возраста)	8.40-8.50	8.40-8.50
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.50-9.00	8.50-9.00
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 1 (завтрак)	9.00 -9.15	9.00 - 9.10
Утренний круг Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время)	9.15-9.30	9.10-9.30
Организованная образовательная деятельность (младший возраст подключается к старшему возрасту с разницей в 5 минут)	9.30 – 10.40	9.30 – 10.40
Занятие № 1	9.30-9.50 9.35-9.50 9.40-9.50	9.30-10.00 9.35-10.00
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.50-10.00	10.00-10.10
Занятие № 2	10.00-10.20 10.05-10.20 10.10-10.20	10.10-10.40 10.15-10.40

Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.20-10.40	10.40-10.50
Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	10.40-11.00	10.50-11.00
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	11.00-12.00	11.00-12.10
в том числе игры средней и высокой подвижности	20-30 мин	30 мин.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12.00-12.20	12.10-12.30
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12.20-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.50	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.50-16.10	15.20-15.40
в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА	5 мин.	10 мин.
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	16.10-16.30	15.40-16.00
Организованная образовательная деятельность	Не предусмотрено	16.00-16.30
Занятие № 3 (если предусмотрено во вторую половину дня)	-	16.00-16.30 16.05-16.30
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время)	16.30- 17.10	16.30-16.50
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках вариативной части программы	17.10-17.40	16.50-17.20
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	17.40-18.30	17.20-18.30
в том числе, игры средней и высокой подвижности	20 мин.	20 мин.
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	До 18.30 (включительно)	До 18-30 (включительно)

### *Режим дня на тёплый период года*

Режимные моменты	Младшая разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
ВОЗРАСТ	2-4 лет	5-7 лет
Прием детей ( при хороших погодных условиях) на свежем воздухе, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры, совместная и самостоятельная деятельность (свободное время), общение, игры, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа, беседы,	8.00-9.00	8.00-9.00

чтение художественной литературы		
Утренняя гимнастика на прогулке, в группе (при плохих погодных условиях)	9.00-9.10	9.00-9.10
Гигиенические процедуры, самообслуживание	9.10-9.30	9.10-9.30
Завтрак Совместная деятельность, развивающие и творческие игры, события, самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору, образовательная деятельность в режимных моментах, двигательная активность. Досуг, занимательное дело, проект.	9.30-9.50 9.50-10.50	9.30-9.50 9.50-10.50
Второй завтрак	10.50-11.00	10.50-11.00
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	11.00-11.10	11.00-11.10
Прогулка (наблюдения, спортивные и подвижные игры, трудовая деятельность, события, праздники, экскурсии) в том числе игры средней и высокой подвижности	11.10- 12.10 20-30 мин	11.10-12.20 30 мин.
Возвращение с прогулки, развитие культурно-гигиенических навыков, беседы, подготовка к обеду,	12.10-12.30	12.20-12.30
Обед	12.30-13.00	12.30-12.50
Подготовка ко сну, сон	13.00-16.00	12.50-15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	16.00-16.20	15.30-15.50
Полдник	16.20-16.40	15.50-16.10
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	16.40-17.00	16.10-16.30
Прогулка (наблюдения, спортивные и подвижные игры, трудовая деятельность, события, праздники, экскурсии, развивающие и творческие игры, события, самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору, двигательная активность). Досуг, занимательное дело, игра. Уход детей домой.	17.00-18.30	16.30-18.30