

Муниципальное бюджетное учреждение «Дошкольная образовательная  
организация «Детский сад № 3 «Морячок» городского округа  
ГО ЗАТО Фокино

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБУДО  
«Детский сад №3 «Морячок»

\_\_\_\_\_ И.М.Николаев

16.06.2023г.

## **Режим дня**

на 2023-2024 учебный год.

Группа раннего возраста  
(1,5-2 года)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика.	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3.	Активное бодрствование (игры, предметная деятельность и др.)	9.00 – 9.30
4.	Занятия в игровой форме по подгруппам.	9.30 – 9.40 9.50 – 10.00
5.	Второй завтрак.	10.00 -10.15
6.	Подготовка к прогулке, прогулка.	10.15 -11.30
7.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	11.30 - 12.30
8.	Подготовка к дневному сну, сон.	12.30 -15.30
9.	Постепенный подъем	15.30 -16.00
10.	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.	16.00 - 16.20
11.	Активное бодрствование (игры, предметная деятельность и др.)	16.20 -16.50
12.	Занятия в игровой форме по подгруппам	16.20 – 16.30 16.40 – 16.50
13.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 -18.20
14.	Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой.	18.20 -19.30

Группа раннего возраста  
(2-3 года)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.).	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3.	Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.30
4.	Занятия в игровой форме по подгруппам.	9.30 – 9.40 9.50 – 10.00
5.	Второй завтрак.	10.00 -10.15
6.	Подготовка к прогулке, прогулка.	10.15 -11.45
7.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	11.45- 12.30
8.	Подготовка к дневному сну, сон.	12.30 -15.30
9.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	15.30 -16.00
10.	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.	16.00 - 16.20
11.	Игры, самостоятельная деятельность детей Занятия в игровой форме по подгруппам	16.20 - 16.50 16.20 – 16.30 16.40 - 16.50
12.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 -18.20
13.	Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой.	18.20 -19.30

Младшая группа  
(3-4 года)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00
3.	Игры, подготовка к занятиям.	9.00 - 9.20
4.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин)	9.20 – 10.00
5.	Игры, самостоятельная деятельность.	10.00 - 10.20
6.	Второй завтрак.	10.20 - 10.30
7.	Подготовка к прогулке, прогулка.	10.30 - 12.00
8.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	12.00 -13.00
9.	Подготовка к дневному сну, сон.	13.00 - 15.30
10.	Постепенный подъем, заливающие процедуры.	15.30 - 16.00
11.	Подготовка к полднику. Усиленный полдник.	16.00 - 16.20
12.	Игры, самостоятельная деятельность детей.	16.20 -16.50
13.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 - 18.20
14.	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 - 19.30

Средняя группа  
(4-5 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00
3.	Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям.	9.00 - 9.15
4.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин)	9.15 – 10.05
5.	Игры, самостоятельная деятельность.	10.05 - 10.20
6.	Второй завтрак.	10.20 - 10.30
7.	Подготовка к прогулке, прогулка.	10.30 - 12.00
8.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	12.00 - 13.00
9.	Подготовка к дневному сну, дневной сон.	13.00 -15.30
10.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры.	15.30 - 16.00
11.	Подготовка к полдник. Усиленный полдник.	16.00 - 16.20
12.	Игры, самостоятельная деятельность.	16.20 - 16.50
13.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 - 18.20
14.	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 - 19.30

Старшая группа  
(5-6 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 - 9.00
3.	Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям.	9.00 - 9.15
4.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин)	9.15 -10.15
5.	Второй завтрак.	10.15 - 10.30
6.	Подготовка к прогулке, прогулка.	10.30 - 12.00
7.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	12.00 - 13.00
8.	Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00 -15.30
9.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.30 - 16.00
10.	Подготовка к полднику, усиленный полдник.	16.00 - 16.20
11.	Игры, самостоятельная /занятия/.	16.20 - 16.45
12.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 - 18.20
13.	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 - 19.30

Подготовительная к школе группа  
(6-7 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00
3.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин)	9.00 - 10.50
4.	Второй завтрак.	10.50 - 11.00
5.	Подготовка к прогулке, прогулка.	11.00 - 12.30
6.	Возвращение с прогулки; подготовка к обеду, обед.	12.30 -13.00
7.	Подготовка к дневному сну, дневной сон.	13.00 -15.30
8.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры.	15.30 - 16.00
9.	Подготовка к полднику, усиленный полдник.	16.00 - 16.20
10.	Игры, самостоятельная и кружковая деятельность.	16.20 - 16.50
11.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.50 - 18.20
12.	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.20 - 19.30

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**на летний период (июнь – август)**  
Группа раннего возраста  
(1,5 – 2 года) (2-3 года)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 – 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3.	Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 – 9.30
4.	Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 – 11.30
5.	Второй завтрак	10.00 – 10.15
6.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 – 12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.30
8.	Подготовка к дневному сну, сон	12.30 - 15.30
9.	Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30 – 15.50
10.	Игры, самостоятельная деятельность	15.50 - 16.00
11.	Усиленный полдник	16.00 – 16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	16.20 – 19.30



младшая группа (летний период)  
(3-4 года)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)	7.30 – 8.30
2.	Завтрак	8.30 – 9.00
3.	Игры, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.20
4.	Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20 – 12.00
5.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
7.	Подготовка к дневному сну, сон.	13.00 – 15.30
8.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 16.00
9.	Усиленный полдник	16.00 – 16.20
10.	Игры, самостоятельная деятельность	16.20 – 17.00
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	17.00 – 19.30

Средняя группа (летний период)  
(4-5 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)	7.30 – 8.30
2.	Завтрак	8.30 – 9.00
3.	Игры, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.15
4.	Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15 – 12.00
5.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
7.	Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00 -15.30
8.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 16.00
9.	Подготовка к полднику, усиленный полдник	16.00 – 16.20
10.	Игры, самостоятельная деятельность	16.20 – 17.00
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.00 – 19.30

Старшая группа (летний период)  
(5 –6 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)	7.30 – 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3.	Игры, совместная деятельность с взрослыми	9.00 – 9.15
4.	Подготовка к прогулке, прогулка	9.15 – 12.00
5.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
7.	Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00 - 15.30
8.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 16.00
9.	Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.20
10.	Подготовка к полднику, усиленный полдник	16.20 – 17.00
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	17.00 – 19.30

Подготовительная к школе группа (летний период)  
(6 –7 лет)

№ п/п	Содержание	Время
1.	Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)	7.30 – 8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
3.	Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 – 12.00
4.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
5.	Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
6.	Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00 -15.30
7.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.30 – 16.00
8.	Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.20
9.	Подготовка к полднику, усиленный полдник	16.20 -17.00
10.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	17.00 – 19.30