Режим дня в группах рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

**Режим дня группы  для детей от 1,5 года до 3 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| Прием детей (термометрия, опрос родителей); игры | 7.30 - 8.10 |
| Утренняя зарядка (гимнастика)  | 8.10 - 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры | 8.20 - 9.00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)  | 9.00 - 9.30 |
| Занятие 1 (в игровой форме)  | 9.30 - 9.40 |
| Самостоятельная деятельность детей | 9.40 - 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры  | 10.00 - 11.40 |
| Подготовка к обеду, обед  | 11.40 - 12.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.00 – 15.30 |
| Занятие 2 (в игровой форме)  | 15.30 – 15.40 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.40 – 16.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.00 - 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16.30 – 17.30 |

**Режим дня группы для детей от 3 до 4 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| Утренний прием детей (термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7:30 – 8:10 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:10 – 8:20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:20 – 9:00 |
| Занятие 1 | 9:00 – 9:15 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 9:15 – 9:25 |
| Занятие 2 | 9:25 – 9.40 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.). Второй завтрак. | 9.40 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10:00 – 11:50 |
| Подготовка к обеду, обед | 11:50 – 12:15 |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну,  | 12:15 – 12:30 |
| Сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность. | 15.00 – 15.50 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:50 - 16:20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16:20 – 17:30 |

**Режим дня группы для детей от 4 до 5 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| Утренний прием детей (термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7:30 – 8:10 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:10 – 8:20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак\* | 8:20 – 9:00 |
| Занятие 1 | 9:00 – 9:20 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 9:20 – 9:30 |
| Занятие 2 | 9:30 – 9.50 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.). Второй завтрак. | 9.50 – 10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10:10 – 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12:20 |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну  | 12:20 – 12:35 |
| Сон | 12.35 – 15.05 |
| Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность. | 15.05 – 15.55 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:55 - 16:20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16:20 – 17:30 |

**Режим дня группы для детей от 5 до 6 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| Утренний прием детей (на свежем воздухе), игры, самостоятельная деятельность | 7:30 – 8:15 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:15 – 8:25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:25 – 8.40 |
| Игровая деятельность, подготовка к занятиям | 8.40 – 9.00 |
| Занятие 1 | 9:00 – 9:25 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 9:25 – 9:35 |
| Занятие 2 | 9:35 – 9.55 |
| Игровая деятельность. Второй завтрак. | 9.55– 10.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10:25 – 12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.15 – 12:30 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры.  | 15.00 – 15.15 |
| Занятие 3 | 15.15 – 15.40 |
| Самостоятельная деятельность | 15.40 – 16.00 |
| Подготовка к полднику, полдник | 16.00 - 16:20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16:20 – 17:30 |

**Режим дня группы для детей от 6 до 7 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| Утренний прием детей (на свежем воздухе), игры, самостоятельная деятельность | 7:30 – 8:15 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:15 – 8:25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:25 – 8.40 |
| Игровая деятельность, подготовка к занятиям | 8.40 – 9.00 |
| Занятие 1 | 9:00 – 9:30 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 9:30 – 9.40 |
| Занятие 2 | 9:40 – 10.10 |
| Перерыв между занятиями. Второй завтрак. | 10.10 – 10.20 |
| Занятие 3 | 10.20 – 10.50 |
| Игровая деятельность.  | 10.50 – 11.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 11.10 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 12:45 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.45 – 15.15 |
| Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры.  | 15.15 – 15.30 |
| Самостоятельная деятельность | 15.30 – 16.05 |
| Подготовка к полднику, полдник | 16.05 - 16:20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16:20 – 17:30 |