



3.3. Режим и распорядок дня
Примерный режим дня в дошкольных группах

	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период года				
игры, самостоятельная деятельность, и не менее 10 минут)	7.20	7.20	8.00	7.20
	8.00	8:00	8:00	8:00
	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
иям	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
тику в процессе занятия - 2 минуты, и, не менее 10 минут)	9.20- 10.00	9.15- 10.05	9.15- 10.15	9.00- 10.50
прогулка, возвращение с прогулки	10.00- 12.00	10.05- 12.00	10.15- 12.00	10.50- 12.00
	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00
	12.00- 13.00	12.00- 13.00	12.00- 13.00	12.00- 13.00
постепенный подъем детей, закаливающие	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30
	15.30-	15.30-	15.30-	15.30-

Утверждено:
И.о.директора МБДОУ
«Детский сад №19 «Юные капитаны»
И.Х.Коркмазова
Приказ № 76-ОД от 30.08.2023г.

3.3. Режим и распорядок дня

Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.20	7.20	8.00	7.20
	8.00	8:00	8:00	8:00
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20-10.00	9.15-10.05	9.15-10.15	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-12.00	10.05-12.00	10.15-12.00	10.50-12.00
Второй завтрак ¹⁷	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30

Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	16.00-16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00	16.00-17.00	16.25-17.00	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	16.40-18.30
Ужин	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Второй завтрак ¹⁸	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00	9.00-12.00
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие	13.00-	13.00-	13.00-	13.00-

процедуры	15.30	15.30	15.30	15.30
Полдник	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00- 17.00	16.00- 17.00	16.00- 17.00	16.00- 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00- 18.30	17.00- 18.30	17.00- 18.30	17.00- 18.30
Ужин	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00