

ПРИНЯТА
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ
МБДОУ № 20 СТ.МАЛОТЕГИНСКОЙ
ПРОТОКОЛ ОТ 28 АВГУСТА 2023 Г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
ПРИКАЗОМ МБДОУ № 20
СТ. МАЛОТЕНГИНСКОЙ
ОТ 28 АВГУСТА 2023 Г. № 91
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 20
_____Т.М.СПИРИДОНОВА

РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ

1 младшая группа (2-3 года)

(холодный период)

Режимные моменты	время
Прием детей в группе (на улице). Осмотр детей, измерение температуры тела, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (элементы дыхательной гимнастики)	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку (обучение элементарным гигиеническим навыкам: мытью рук, умению пользоваться полотенцем)	8.10 – 8.15
Завтрак (воспитание культуры поведения за столом: правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой)	8.15 – 8.35
Подготовка к образовательной деятельности (совместные дидактические, сюжетно-ролевые игры с воспитателем)	8.35 – 9.00
Организованная деятельность по образовательным направлениям (ОД: изобразительная, музыкальная, познавательно-исследовательская, коммуникативная деятельность, конструирование)	Понедельник — пятница (<i>1 занятие 10 минут с 9.00 – 9.10</i>)
Самостоятельная деятельность детей, игры	9.30 – 9.50
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке (привитие детям навыков гигиены во время одевания, правильный подбор одежды, в соответствии с погодными условиями)	10.00 – 10.10
Прогулка (игры малой, средней подвижности, подвижные игры и физические упражнения, минутки здоровья, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, экскурсии по территории детского сада – 1 раз в неделю, игры с выносным материалом)	10.10 – 11.30
Возвращение с прогулки (привитие культурно -гигиенических навыков: снятие одежды в определенной последовательности с помощью взрослых, мытьё рук)	11.30 – 11.40
Подготовка к обеду, обед (воспитание культуры поведения за столом)	11.40 – 12.00
Подготовка ко сну (раздевание, проведение гигиенических процедур)	12.00 – 12.10
Сон	12.10 – 15.10
Постепенный подъем (гимнастика после сна, хождение босиком по дорожкам здоровья, контрастное закаливание воздухом, одевание, проведение гигиенических процедур)	15.10 – 15.15
Полдник (воспитание культуры поведения за столом)	15.15 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (игры с элементами дыхательной гимнастики, ситуативные беседы, чтение художественной литературы)	15.30 – 15.40
Организованная деятельность по образовательным направлениям (ОД: двигательная)	<i>1 занятие 10 минут с 15.40 – 15.50 по физическому развитию (понедельник, среда, четверг)</i>
Подготовка к прогулке (привитие навыков самообслуживания, соблюдение последовательности во время одевания верхней одежды)	15.50 – 16.00
Прогулка (подвижные игры и физические упражнения, дидактические подвижные игры, пальчиковая гимнастика, пальчиковые игры, игры малой и средней подвижности)	16.00 – 17.30

1маладшая группа(тёплый период)

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе (на улице), осмотр, измерение температуры, игры, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.	8.00 – 8.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом).	8.10 – 8.30
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи).	8.30 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе ((физическое развитие, художественно-эстетическое развитие), физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения).	Понедельник - пятница 9.00 – 9.10 15.40 - 15.50
Самостоятельная деятельность детей игры.	9.10 – 9.50
Подготовка ко 2-му завтраку. Завтрак (сок, напиток, яблоко)	9.40 – 9.55
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная двигательная деятельность детей.	9.55 – 11.20
Возвращение с прогулки.	11.30 – 11.40
Подготовка к обеду (гигиенические процедуры). Обед.	11.40 – 12.05
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.05 – 15.05
Постепенный подъем (гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, хождение босиком).	15.05 – 15.20
Подготовка к полднику. Полдник (воспитание культурно-гигиенических навыков).	15.20 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка (самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми, беседы, наблюдения, игры). Уход детей домой.	15.50 – 17.30

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (от 3 до 4 лет) (холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе (на улице). Осмотр детей, игры	7.00 – 8.15
Утренняя гимнастика (1 подвижная игра)	8.15 – 8.20
Подготовка к завтраку (обучение простым гигиеническим навыкам: мытье рук, умение пользоваться мылом, полотенцем, приобщение к сервировке стола (хлебницы, салфетки))	8.20 – 8.30
Завтрак (воспитание культуры поведения за столом: правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой)	8.30 – 8.50
Подготовка к организованной деятельности (совместные дидактические, сюжетно-ролевые игры с воспитателем)	8.50 – 9.00
Организованная деятельность по образовательным направлениям (ОД: изобразительная, двигательная, музыкальная, познавательно-исследовательская, коммуникативная деятельность, конструирование)	Понедельник — пятница (2 занятия по 15 минут с 9.00 – 9.15 и 9.25 – 9.40, между ними перерывы по 10 минут, физминутки)
Самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми)	9.40 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке (привитие детям навыков гигиены во время одевания, последовательность одевания, правильный подбор одежды, в соответствии с погодными условиями)	10.10 – 10.20
Прогулка (организованная образовательная, самостоятельная деятельности игры малой, средней подвижности, подвижные игры и физические упражнения, минутки здоровья, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми)	10.20 – 11.40
Возвращение с прогулки (привитие культурно-гигиенических навыков: снятие одежды в определенной последовательности с помощью взрослых, умывание, мытьё рук с мылом, вытирание рук насухо)	11.40 – 11.50
Обед (воспитание культуры поведения за столом)	11.50 – 12.10
Подготовка ко сну (полоскание полости рта после приема пищи (t воды + 20С), раздевание, проведение гигиенических процедур)	12.10 – 12.15
Сон	12.15 – 15.15
Постепенный подъем (упражнения на кроватях после сна, самомассаж (2 раза в неделю), контрастное босохождение по дорожкам здоровья, воздушные ванны (5 минут), одевание, проведение гигиенических процедур)	15.15 – 15.25
Полдник (воспитание культуры поведения за столом)	15.25 – 15.35
Организованная образовательная деятельность (игры с элементами дыхательной гимнастики (подуть с разной силой на ленточки, султанчики), игры с природным материалом, камешками, песком, шишками в уголке природы)	15.35 – 15.45
Подготовка к прогулке (привитие навыков самообслуживания, соблюдение последовательности во время одевания верхней одежды)	15.45 – 16.10
Прогулка (организованная самостоятельная деятельность: подвижные	16.10 – 17.30

игры и физические упражнения, дидактические подвижные игры, сюжетно – ролевые, развивающие, конструктивные игры, самостоятельная деятельность детей, труд в природе, пальчиковая гимнастика, пальчиковые игры, игры малой и средней подвижности)	
Уход детей домой	17.30

**Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)
(тёплый период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.15
Утренняя гимнастика на свежем воздухе 5-6 минут.	8.15 – 8.20
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом прохладной водой; дежурство по сервировке стола)	8.20 – 8.30
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи)	8.30 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе ((физическое развитие, художественно-эстетическое развитие), физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения)	Понедельник — пятница 9.00 – 9.15
Самостоятельная деятельность детей, игры	9.15 – 9.50
Подготовка ко 2-му завтраку. Завтрак (сок, напиток, яблоко)	9.50 – 10.05
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры, досуги, общение по интересам, самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми	10.05 – 11.40
Возвращение с прогулки	11.40 – 11.50
Подготовка к обеду (гигиенические процедуры). Обед	11.50 – 12.20
Подготовка ко сну (умывание после приема пищи, раздевание, проведение гигиенических процедур)	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем (гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, контроль за внешним видом, самостоятельная	15.00 – 15.20

деятельность, игры)	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник (воспитание культурно-гигиенических навыков)	15.35 – 15.45
Подготовка к прогулке	15.45 – 17.30
Прогулка (самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми, беседы, наблюдения, игры). Уход детей домой	

**СРЕДНЯЯ ГРУППА (от 4 до 5 лет)
(холодный период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе (на улице), осмотр детей, дидактические игры, подвижная игра малой активности; консультирование родителей по вопросам здоровья, питания, физического развития детей.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика 6-8 минут, 1 подвижная игра 1,5 минуты, дыхательная гимнастика 3 упражнения, оздоровительный бег 2-3 минут.	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом водой комнатной температуры, причесывание индивидуальными расческами; дежурство по сервировке стола).	8.20 – 8.40
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи, полоскание полости рта после приема пищи).	8.40 – 8.55
Подготовка к организованной деятельности	8.55 – 9.00
Организованная деятельность по образовательным направлениям (ОД: изобразительная, двигательная, музыкальная, познавательно-исследовательская, коммуникативная деятельность, конструирование).	<i>Понедельник - пятница (3 занятия по 20 минут с 9.00 – 9.20, 9.30 – 9.50, 10.00 – 10.20 между ними перерывы по 10 минут, физминутки</i>
Второй завтрак.	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке (формирование навыков самостоятельного одевания детей, с применением фронтального метода).	10.20 – 10.30
Прогулка: организованная образовательная, самостоятельная деятельность (наблюдение, самостоятельная двигательная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию, подвижные игры).	10.30 – 12.10
Возвращение с прогулки (закрепление у детей навыков последовательности в самостоятельном раздевании).	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду (привитие навыков личной гигиены: дежурство, умывание лица, мытье рук прохладной водой с мылом).	12.25 – 12.35
Обед (закрепление гигиенических навыков и воспитание культуры	

поведения во время приема пищи: бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой)	12.35 – 12.50
Подготовка ко сну (умывание после приема пищи, раздевание, проведение гигиенических процедур, массаж стоп 1 раз в неделю).	12.50 – 13.00
Сон.	13.00 – 15.00
Постепенный подъем (упражнения на кроватях после сна, дыхательная гимнастика (3 упражнения), самомассаж (2 раза в неделю) 8 - 10 минут; контрастное обсождение по дорожкам здоровья).	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику (формирование гигиенических навыков: умение самостоятельно следить за внешним видом, дежурство).	15.20 – 15.25
Полдник (привитие и формирование культуры поведения за столом во время приема пищи).	15.25 – 15.40
Организованная образовательная деятельность (игровая самостоятельная деятельность пальчиковая гимнастика, игры с элементами дыхательной гимнастики; подвижные игры).	15.40 – 15.55
Подготовка к прогулке (формирование навыков во время одевания, умение правильно подбирать одежду).	15.55 – 16.05
Прогулка (организованная образовательная, самостоятельная деятельности, подвижные игры и физические упражнения средней либо малой подвижности, индивидуальная работа по освоению основных движений, дидактические игры, сюжетно–ролевые, развивающие, конструктивные игры, самостоятельная деятельность детей, труд в природе, пальчиковая гимнастика. Работа с родителями во время вечерней прогулки. Общение на тему здоровья, закаливания, питания детей, режима дня в ДОО).	16.05 – 17.30
Уход детей домой.	17.30

**СРЕДНЯЯ ГРУППА (от 4 до 5 лет)
(тёплый период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе 8-10 минут.	8.10 – 8.20
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом прохладной водой; дежурство по сервировке стола).	8.20 – 8.30
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи).	8.30 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность.	8.50 – 9.00
	Понедельник —

Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (физическое развитие, художественно-эстетическое развитие), физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.	пятница 9.00 – 9.20
Самостоятельная деятельность детей, игры.	9.20 – 9.50
Подготовка ко 2-му завтраку. Завтрак (сок, напиток, яблоко).	9.50 – 10.05
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры, досуги, общение по интересам, самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми.	10.05 – 11.50
Возвращение с прогулки.	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду (гигиенические процедуры). Обед.	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну (умывание после приема пищи, раздевание, проведение гигиенических процедур).	12.30 – 12.40
Дневной сон.	12.40-15.00
Постепенный подъем (гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, контроль за внешним видом, самостоятельная деятельность, игры).	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику. Полдник (воспитание культурно-гигиенических навыков).	15.20 – 15.35
Подготовка к прогулке.	15.35 – 15.45
Прогулка (самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми, беседы, наблюдения, игры). Уход детей домой.	15.45 – 17.30

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА(от 6 до 7 лет)

(холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе (на улице). Дидактические игры, консультирование родителей по вопросам здоровья, питания, физического развития детей, подвижная игра малой активности.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика (8 - 10 минут, 1 подвижная игра 1,5 - 2 минуты, дыхательная гимнастика 5 упражнений, оздоровительный бег 5 -7 минут).	8.10 – 8.35
Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом водой комнатной температуры; дежурство по сервировке стола).	8.35 – 8.40
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи).	8.40 – 8.50
Подготовка к организованной деятельности (дежурство,	8.50 – 9.00

рассматривание наглядных пособий, дидактического материала).	
Организованная деятельность по образовательным направлениям (ОД: изобразительная, двигательная, музыкальная, познавательно-исследовательская, коммуникативная деятельность, конструирование).	Понедельник - пятница (3 занятия по 30 минут с 9.00 – 9.30, 9.40 – 10.10, 10.20 – 10.50 между ними перерывы по 10 минут, физминутки
Второй завтрак.	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке (формирование навыков самостоятельного одевания детей, с применением фронтального метода).	10.50 – 11.00
Прогулка. Организованная образовательная, самостоятельная деятельности (наблюдение, самостоятельная двигательная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию, подвижные игры и физические упражнения).	11.10 – 12.30
Возвращение с прогулки (формирование навыков самостоятельно раздеваться, аккуратно складывать вещи в шкаф).	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду (привитие навыков личной гигиены: дежурство, умывание лица, мытье рук с мылом).	12.40 – 12.50
Обед (закрепление гигиенических навыков и воспитание культуры поведения во время приема пищи: бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой).	12.50 – 13.00
Подготовка ко сну (умывание после приема пищи, раздевание, проведение гигиенических процедур, массаж стоп 1 раз в неделю).	13.00 – 13.10
Сон.	13.10 – 15.00
Постепенный подъем (упражнения на кроватях после сна, дыхательная гимнастика).	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику (формирование гигиенических навыков: умение самостоятельно следить за внешним видом, дежурство).	15.15 – 15.25
Полдник (формирование культуры поведения за столом во время приема пищи).	15.25 – 15.40
Организованная образовательная, игровая самостоятельная деятельность (контрастное закаливание воздухом, пальчиковая гимнастика, игры с элементами дыхательной гимнастики; индивидуальная работа с использованием нетрадиционных пособий и оборудования физкультурного уголка в группе; подвижные игры и физические упражнения малой активности).	15.40 - 15.50
Подготовка к прогулке. Прогулка Организованная образовательная, самостоятельная деятельности (подвижные игры и физические упражнения средней либо малой подвижности 10 – 15 минут, индивидуальная работа по освоению основных движений 8-10 минут, дидактические игры, сюжетно – ролевые, развивающие, конструктивные игры, самостоятельная деятельность детей, труд в природе, пальчиковая гимнастика, пальчиковые игры). Работа с родителями во время вечерней прогулки (общение на тему здоровья, закаливания, питания детей,	15.50 – 17.30

режима дня в ДОУ, физиологических особенностей детей старшего дошкольного возраста и т. д.).	
--	--

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (от 6 до 7 лет)
(тёплый период)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр детей, игры, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика на свежем воздухе 10-12 минут.	8.20 – 8.30
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку (умывание лица, мытье рук с мылом прохладной водой; дежурство по сервировке стола).	8.30 – 8.40
Завтрак (закрепление гигиенических навыков и культуры поведения во время приема пищи: держать осанку за столом, бесшумно пережевывать пищу, есть не торопясь, пользоваться салфеткой; умывание после приема пищи).	8.40 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность.	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе (физическое развитие, художественно-эстетическое развитие), физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения).	Понедельник — пятница 9.00 – 9.30
Самостоятельная деятельность детей, игры.	9.30 – 9.50
Подготовка ко 2-му завтраку. Завтрак (сок, напиток, яблоко).	9.50 – 10.05
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры, досуги, общение по интересам, самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми.	10.05 – 12.20
Возвращение с прогулки.	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду (гигиенические процедуры). Обед.	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.50 – 15.20
Постепенный подъем (гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, контроль за внешним видом, самостоятельная деятельность, игры).	15.20 – 15.40
Подготовка к полднику. Полдник (воспитание культурно-гигиенических навыков).	15.40 – 15.55
Совместная деятельность педагога с детьми.	15.55 – 16.15

Подготовка к прогулке.	16.15 – 16.25
Прогулка (самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми, беседы, наблюдения, игры). Уход детей домой	16.25 – 17.30