«Утверждаю»
Заведующий МДОУ «Детский сад № 158»
_____ Г.Л. Шомина

Режим дня в группах от 1,5 до 7 (8) лет рассчитан на 12-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.

Организация режима пребывания детей от 1,5 года до 3 лет

Содержание	Время проведения	Длительность
Холодный период года		
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игровая деятельность, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	08.50 - 09.30	40 мин.
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	09.30 - 09.40 09.50 - 10.00	10 мин. 10 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.30	1ч. 20 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	11.30 - 11.50	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.20	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные процедуры	12.20 - 15.30	3ч. 10 мин
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	15.30 - 15.40 15.50 - 16.00	10 мин. 10 мин.
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.15	15 мин.
Уплотненный полдник	16.15 - 16.40	25 мин.
Игры, индивидуальная работа с детьми	16.40 - 17.15	35 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.15 - 19.00	1ч. 45 мин.
Теплый период года		
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, термометрия, игровая деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.20	1ч. 20 мин.
Возвращение детей с прогулки, личная гигиена	08.20 - 08.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 - 09.00	20 мин.

Содержание	Время проведения	Длительность
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, наблюдения, солнечные и воздушные ванны, познавательно-исследовательская, художественно-эстетическая, физкультурная, игровая деятельность на свежем воздухе)	09.00 - 11.20	2ч. 20 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20 - 11.45	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.45 - 12.15	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.15 - 15.30	3ч. 15 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	15.30 - 16.20	50 мин.
Уплотненный полдник	16.20 - 16.45	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.45 - 19.00	2ч. 15 мин.

Организация режима пребывания детей от 3 до 4 лет

Содержание	Время проведения	Длительность
Холодный период года		
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игровая деятельность, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), утренний круг	08.50 - 09.20	30 мин.
Занятие 1 Занятие 2	09.20 - 09.35 09.45 - 10.00	15 мин. 15 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.45	1ч. 35 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	11.45 - 12.10	25 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.40	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные процедуры	12.40 - 15.30	2ч. 50 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми, вечерний круг	15.30 - 16.20	50 мин.
Уплотненный полдник	16.20 - 16.50	30 мин.
Игры, индивидуальная работа с детьми	16.50 - 17.20	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.20 - 19.00	1ч. 40 мин.
Теплый период года		
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, термометрия,	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.

Содержание	Время проведения	Длительность
игровая деятельность, утренняя гимнастика		
Возвращение детей с прогулки, личная гигиена	08.30 - 08.40	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 - 09.00	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, наблюдения, солнечные и воздушные ванны, познавательно-исследовательская, художественно-эстетическая, физкультурная, игровая деятельность на свежем воздухе)	09.00 - 11.45	2ч. 45 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.45 - 12.00	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30	3ч. 00 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	15.30 - 16.25	55 мин.
Уплотненный полдник	16.25 - 16.50	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50 - 19.00	2ч. 10 мин.

Организация режима пребывания детей от 4 до 5 лет

Содержание	Время проведения	Длительность
Холодный период года		
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игровая деятельность, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), утренний круг	08.50 - 09.15	25 мин.
Занятие 1 Занятие 2	09.15 - 09.35 09.45 - 10.05	20 мин. 20 мин.
Второй завтрак	10.05 - 10.15	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 - 12.00	1ч. 45 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	12.00 - 12.20	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 12.50	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные процедуры	12.50 - 15.30	2ч. 40 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	15.30 - 16.25	55 мин.
Уплотненный полдник	16.25 - 16.45	20 мин.
Игры, индивидуальная работа с детьми	16.45 - 17.20	35 мин.

Содержание	Время проведения	Длительность
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.20 - 19.00	1ч. 40 мин.
Теплый период года		
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, термометрия, игровая деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Возвращение детей с прогулки, личная гигиена	08.30 - 08.40	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 - 09.00	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, наблюдения, солнечные и воздушные ванны, познавательно-исследовательская, художественно-эстетическая, физкультурная, игровая деятельность на свежем воздухе)	09.00 - 12.00	3ч. 00 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00 - 12.20	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 12.50	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50 - 15.30	2ч. 40 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	15.30 - 16.25	50 мин.
Уплотненный полдник	16.25 - 16.50	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50 - 19.00	2ч. 10 мин.

Организация режима пребывания детей от 5 года до 6 лет

Содержание	Время проведения	Длительность
Холодный период года		
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игровая деятельность, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50	20 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), утренний круг	08.50 - 09.10	20 мин.
Занятие 1 Занятие 2	09.10 - 09.35 09.45 - 10.10	25 мин. 25 мин.
Второй завтрак	10.10 - 10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 - 12.15	1ч. 55 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	12.15 - 12.30	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 13.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные процедуры	13.00 - 15.30	2ч. 30 мин
Занятие 3	15.30 - 15.55	25 мин.

Содержание	Время проведения	Длительность
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми, вечерний круг	15.55 - 16.30	35 мин.
Уплотненный полдник	16.30 - 16.50	20 мин.
Игры, индивидуальная работа с детьми	16.50 - 17.20	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.20 - 19.00	1ч. 40 мин.
Теплый период года		
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, термометрия, игровая деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Возвращение детей с прогулки, личная гигиена	08.30 - 08.40	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 - 09.00	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, наблюдения, солнечные и воздушные ванны, познавательно-исследовательская, художественно-эстетическая, физкультурная, игровая деятельность на свежем воздухе)	09.00 - 12.10	3ч. 10 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.10 - 12.30	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 13.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30	2ч. 30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	15.30 - 16.30	1 ч.00 мин
Уплотненный полдник	16.30 - 16.50	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.50 - 19.00	2ч. 10 мин.

Организация режима пребывания детей от 6 до 7(8) лет

Содержание	Время проведения	Длительность
Холодный период года		
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игровая деятельность, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.45	15 мин.
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность), утренний круг	08.45 - 09.00	15 мин.
Занятие 1 Занятие 2 Занятие 3	09.00 - 09.30 09.40 - 10.10 10.20 - 10.50	30 мин. 30 мин. 30 мин.
Второй завтрак	10.10 - 10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 - 12.30	1ч. 40 мин.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	12.30 - 12.40	10 мин.

Содержание	Время проведения	Длительность
Подготовка к обеду, обед	12.40 - 13.00	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные процедуры	13.00 - 15.30	2ч. 30 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми, вечерний круг	15.30 - 16.35	1ч. 05 мин.
Уплотненный полдник	16.35 - 16.55	20 мин.
Игры, индивидуальная работа с детьми	16.55 - 17.20	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.20 - 19.00	1ч. 40 мин.
Теплый период года		
Прием детей на свежем воздухе, осмотр, термометрия, игровая деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30	1ч. 30 мин.
Возвращение детей с прогулки, личная гигиена	08.30 - 08.40	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 - 09.00	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, наблюдения, солнечные и воздушные ванны, познавательно-исследовательская, художественно-эстетическая, физкультурная, игровая деятельность на свежем воздухе)	09.00 - 12.20	3ч. 20 мин.
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10 мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.20 - 12.35	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.35 - 13.00	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30	2ч. 30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с прогулки	15.30 - 16.35	1ч. 05 мин.
Уплотненный полдник	16.35 - 16.55	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.55 - 19.00	2ч. 05 мн.