

Утверждено:  
приказом МКДОУ «Детский сад №5» ИГОСК  
№16 от 01 сентября 2021

Заведующий \_\_\_\_\_ Н.И. Тюрина

## Режим дня всех возрастных групп (холодный период)

### Режим дня 1 младшей группы (2-3 года)

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №5» Изобильненского городского округа Ставропольского  
края

Режимные мероприятия		Время
Наименования	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:30-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08:30-09:00
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00-09:10
Перерыв	Физкультурные минутки	09:10-09:30
Образовательная нагрузка	Занятие	09:30-09:40
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09:40-10:30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	10:30-10:50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание, прогулка, подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание	10:50-12:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры,	12:00-12:25

	посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет. переодевание, укладывание в кровати; дневной сон; пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12:25-15:30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30-15:55
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; прогулка	15:55-17:30

### **Режим дня 2 младшей группы (3-4 года)**

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №5» Изобильненского городского округа Ставропольского края

Режимные мероприятия		Время
Наименования	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:30-08:05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:05-08:15
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08:30-09:00
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00-09:15
Перерыв	Физкультурные минутки	09:15-09:30
Образовательная нагрузка	Занятие	09:30-09:45
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09:45-10:30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи:	10:30-10:50

	гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание, прогулка, подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание	10:50-12:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	12:00-12:25
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет. переодевание, укладывание в кровати; дневной сон; пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12:25-15:30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30-15:55
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; прогулка	15:55-17:30

### **Режим дня средней группы (4-5 лет)**

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №5» Изобильненского городского округа Ставропольского  
края

Режимные мероприятия		Время
Наименования	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:30-08:15
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:15-08:25
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры,	08:30-09:00

	посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00-09:20
Перерыв	Физкультурные минутки	09:20-09:40
Образовательная нагрузка	Занятие	09:40-10:00
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание, прогулка, подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание	10:00-11:45
Самостоятельная деятельность	Отдых	11:45-12:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	12:00-12:50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет. переодевание, укладывание в кровати; дневной сон; пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12:50-15:30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30-16:00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16:00-16:20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; прогулка	16:20-17:30

### **Режим дня старше-подготовительной группы (5-7 лет)**

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №5» Изобильненского городского округа Ставропольского  
края

Режимные мероприятия		Время
Наименования	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	08:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:25-08:35
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08:35-09:00
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00-09:25
Перерыв	Физкультурные минутки	09:25-09:40
Образовательная нагрузка	Занятие	09:40-10:05
Двигательная активность	Подвижные игры	10:05-10:30
Прогулка	Подготовка к прогулке: переодевание, прогулка. Возвращение с прогулки: переодевание	10:30-12:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами: Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	12:00-12:35
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет. переодевание, укладывание в кровати; дневной сон; пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12:35-15:05
Образовательная нагрузка	Занятие	15:05-15:30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	15:30-16:00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16:00-16:20

Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; прогулка	16:00-17:30
----------------------	--	-------------