

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – «ДЕТСКИЙ САД №170 «АНТОШКА»  
(МАДОУ ЦРР – «Д/с №170»)

СОГЛАСОВАН  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 5  
от «29» августа 2023

УТВЕРЖДЕН  
приказом заведующего  
МАДОУ ЦРР «Д/с № 170»  
от «29» августа 2023 № 162-осн  
О.П. Каталийчук



**Режим дня воспитанников**  
муниципального автономного дошкольного образовательного  
учреждения центра развития ребенка - «Детский сад № 170 «Антошка»  
на 2023/2024 учебный год

## Пояснительная записка

Настоящий режим дня разработан для муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребенка - «Детский сад № 170 «Антошка» (далее – МАДОУ) в целях упорядочивания образовательного процесса, утвержден решением Педагогического совета МАДОУ.

Режим дня разработан в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273–ФЗ.

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания», утвержденные постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32.

- Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 (с изменениями на 02.11.2021).

- Письмом Министерства образования и науки Алтайского края от 31.03.2022 №23/-02/22/282 о внесении изменений в Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 (с изменениями на 02.11.2021).

- Основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

- Образовательной программой дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет под редакцией И.А. Лыковой, Т.В.

Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой (для дошкольников от 1,6 до 2 лет).

- Образовательной программой дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребенка – «Детский сад № 170 «Антошка».

- Уставом МАДОУ.

Режим дня является основой организации образовательного процесса в МАДОУ в соответствии со временем пребывания ребенка в группе - 12 часов (4 часа) при пятидневной рабочей неделе и составляется на холодный и теплый период времени года.

В МАДОУ функционирует 8 групп.

Режим дня в МАДОУ имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха воспитанников в течение пребывания в МАДОУ. Режим дня во всех возрастных группах МАДОУ соответствует возрастным психофизиологическим особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Режим в группах МАДОУ максимально приближен к индивидуальным особенностям ребенка и имеет гибкую структуру, которая учитывает темперамент ребенка, длительность сна, темп его деятельности, особенные вкусовые предпочтения и др.

Продолжительность дневного сна для дошкольников должна составлять не менее: 1-3 года – 3 часа; 4-7 лет – 2,5 часа. Ежедневная продолжительность прогулки детей до 7 лет должна составлять не менее 3 часов, включая утренний прием детей на улице в летний период, а также организованную образовательную деятельность (далее – ООД) по физическому развитию, проводимую на открытом воздухе.

Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Соблюдение режима дня способствует нормальному функционированию всех систем организма ребенка, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность адаптироваться к новым условиям, устойчивость к воздействию отрицательных факторов.

Правильно построенный режим дня в МАДОУ предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение всего пребывания в МАДОУ, целесообразное чередование различных видов деятельности и отдыха.

Режим дня для всех возрастных групп в холодное и теплое время года представлен ниже.

**Режим дня в первой группе раннего возраста (1-2 года)  
в холодное время года (с сентября по май)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка, подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность: игры-занятия (в т.ч.	9.00-9.30

интегрированные)	
Игровая деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми	9.30-11.30
Подготовка к обеду, игры, чтение художественной литературы, обед	11.30-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.45-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги; уход детей домой	до 19.00

**Режим дня в первой группе раннего возраста (1-2 года)  
в теплое время года (с июня по август)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30-9.00
Игры-занятия (в т.ч. интегрированные), наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, совместная деятельность взрослого с детьми, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка, возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми	9.00-11.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	11.30-12:30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.45-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, досуги; уход детей домой	до 19.00

**Режим дня во второй группе раннего возраста (2-3 года)  
в холодное время года (с сентября по май)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка, подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности	8.30-9.00

Организованная образовательная деятельность на игровой основе*	9.00-9.30
Игровая деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная детская деятельность	9.30-11.30
Подготовка к обеду, игры, чтение художественной литературы, обед	11.30-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития, кружки**	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.45-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.30
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00

\* - физкультура на улице проводится по расписанию ООД

\*\* - посещение детьми кружков на основании заявления родителей (законных представителей)

### **Режим дня во второй группе раннего возраста (2-3 года) в теплое время года (с июня по август)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, тематическим мероприятиям, развлечениям	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка, возвращение с прогулки, совместная деятельность взрослого с детьми	9.00-11.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед	11.30-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.45-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.30
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00

### **Режим дня в младшей группе (3-4 года) в холодное время года (с сентября по май)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35

Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность на игровой основе*	9.00-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная детская деятельность	9.55-11.35
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, обед	11.35-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития, кружки**	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, кружки**	15.45-16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35-17.35
Игры, самостоятельная деятельность, кружки*, уход детей домой	до 19.00

\* - физкультура на улице проводится по расписанию ООД

\*\* - посещение детьми кружков на основании заявления родителей (законных представителей)

### **Режим дня в младшей группе (3-4 года) в тёплое время года (с июня по август)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, тематическим мероприятиям, развлечениям	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка	9.00-11.35
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, обед	11.35-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.45-16.45
Подготовка к ужину, ужин	16.45-17.35
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00

### **Режим дня в средней группе (4-5 лет) в холодное время года (с сентября по май)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка, дежурства	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной	8.45-9.00

образовательной деятельности, дежурства	
Организованная образовательная деятельность на игровой основе*	9.00-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная детская деятельность	10.55-11.40
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	11.40-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития, кружки**	15.20-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, кружки**	15.50-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, кружки**, уход детей домой	до 19.00

\* - физкультура на улице проводится по расписанию ООД

\*\* - посещение детьми кружков на основании заявления родителей (законных представителей)

### **Режим дня в средней группе (4-5 лет) в тёплое время года (с июня по август)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, дежурства	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, тематическим мероприятиям, развлечениям	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка	9.00-11.40
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	11.40-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.50-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00

### **Режим дня в старшей группе (5-6 лет) в холодное время года (с сентября по май)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка, дежурства	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной	8.45-9.00



образовательной деятельности, дежурства	
Организованная образовательная деятельность на игровой основе*	9.00-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная детская деятельность	10.05-11.50
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	11.50-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Организованная образовательная деятельность (в соответствии с расписанием). Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития, кружки**	15.20-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, кружки**	16.00-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, кружки**, уход детей домой	до 19.00

\* - физкультура на улице проводится по расписанию ООД

\*\* - посещение детьми кружков на основании заявления родителей (законных представителей)

### **Режим дня в старшей группе (5-6 лет) в тёплое время года (с июня по август)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, дежурства	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, тематическим мероприятиям, развлечениям	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка, возвращение с прогулки	9.00-11.50
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	11.50-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.00-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00

### **Режим дня в подготовительной к школе группе (6-7 лет) в холодное время года (с сентября по май)**

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка, дежурства	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной	8.50-9.00

образовательной деятельности, дежурства	
Организованная образовательная деятельность на игровой основе*	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная детская деятельность	10.50-12.00
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	12.00-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития, кружки**	15.20-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, кружки**	16.00-17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, кружки**, уход детей домой	до 19.00

\* - физкультура на улице проводится по расписанию ООД

\*\* - посещение детьми кружков на основании заявления родителей (законных представителей)

### Режим дня в подготовительной к школе группе (6-7 лет) в тёплое время года (с июня по август)

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность, дежурства	7.00-8.00
Утренняя зарядка (на свежем воздухе), подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, тематическим мероприятиям, развлечениям	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, самостоятельная детская деятельность (на свежем воздухе), тематические мероприятия, развлечения, прогулка	9.00-12.00
Подготовка к обеду, чтение художественной литературы, дежурства, обед	12.00-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после дневного сна, воздушные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Игры, досуги, организованная совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность в центрах развития	15.20-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.00-17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	до 19.00