

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Муринский детский сад комбинированного вида № 3»
(МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»)

ПРИНЯТ

на Педагогическом совете
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
Протокол от 31.08.2023 года № 1

УТВЕРЖДЁН

Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 года № 98

**РЕЖИМ ДНЯ
(холодный период)
на 2023-2024 учебный год**

Ленинградская область
Всеволожский район
г. Мурино
2023 год

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 2 до 3 лет
«Зайчата»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.20	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 20 минут</i>). В перерывах: <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.20-09.40	Игры, свободная деятельность.
09.40-09.55	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
09.55-11.05	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.05-11.25	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
11.25-11.55	Подготовка к обеду, обед
11.55-12.05	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.05-15.05	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.05-15.20	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20-15.40	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.40-16.10	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
16.10-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет
«Затейники»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.40	Утренний круг.
08.40-09.20	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 30 минут</i>). В перерывах: <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.20-09.50	Игры, свободная деятельность.
09.50-10.10	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.40-12.00	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.00-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-12.30	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.40-15.10	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.10-15.25	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.25-15.45	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.45-17.20	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.20-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет
«Лисята»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.10	Игры, свободная деятельность.
09.10-09.50	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 30 минут</i>). В перерывах: <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.50-10.10	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.40-12.00	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.00-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-12.30	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.40-15.10	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.10-15.25	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.25-15.45	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.45-17.20	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.20-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет
«Ягодки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.10	Игры, свободная деятельность.
09.10-09.50	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 30 минут</i>). В перерывах: <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.50-10.10	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.40-12.10	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.10-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-12.40	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.50-15.20	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.20-15.35	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.35-15.55	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.55-17.20	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.20-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет
«Жемчужинки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.35	Подготовка к завтраку, завтрак
08.35-08.55	Утренний круг.
08.55-09.35	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 30 минут</i>). В перерывах: <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.35-09.50	Игры, свободная деятельность.
09.50-10.10	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.40-12.00	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.00-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-12.30	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.40-15.10	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.10-15.25	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.25-15.45	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.45-17.20	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.20-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет
«Бельчата»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.05	Игры, свободная деятельность.
09.05-09.55	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 40 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.55-10.15	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.15-11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.35-11.55	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
11.55-12.25	Подготовка к обеду, обед
12.30-12.40	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.35-15.05	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.05-15.20	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20-15.40	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.40-16.25	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
16.25-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет
«Непоседы»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.05	Игры, свободная деятельность.
09.05-09.55	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 40 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.55-10.15	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.15-11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.35-11.55	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
11.55-12.25	Подготовка к обеду, обед
12.30-12.40	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.35-15.05	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.05-15.20	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20-15.40	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.40-16.25	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
16.25-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет
«Почемучки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.05	Игры, свободная деятельность.
09.05-09.55	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 40 минут</i>). В перерывах физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.
09.55-10.15	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.15-11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.35-11.55	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
11.55-12.25	Подготовка к обеду, обед
12.30-12.40	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.35-15.05	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.05-15.20	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20-15.40	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.40-16.25	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
16.25-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет
«Осьминожки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.40	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 40 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
09.40-09.55	Игры, свободная деятельность.
09.55-10.15	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.15-11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.35-11.55	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
11.55-12.25	Подготовка к обеду, обед
12.30-12.40	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.35-15.05	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.05-15.20	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20-15.40	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.40-16.25	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
16.25-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет
«Ежата»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.00	Игры, свободная деятельность.
09.00-10.00	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 50 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
10.00-10.20	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.20-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.50-12.10	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.10-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-12.50	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.50-15.20	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.20-15.35	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.35-15.55	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.55-17.30	Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет
«Знайки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.00	Игры, свободная деятельность.
09.00-10.00	Занятия (суммарное время занятий не более 50 минут). В перерывах физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.
10.00-10.20	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.20-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.50-12.10	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.10-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-12.50	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.50-15.20	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.20-15.35	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.35-15.55	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.55-17.30	Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет
«Грибочки»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.00	Игры, свободная деятельность.
09.00-10.00	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 50 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
10.00-10.20	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.20-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
11.50-12.10	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.10-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-12.50	Водные процедуры, подготовка ко сну.
12.50-15.20	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.20-15.35	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.35-15.55	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.55-17.30	Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет
«Дельфинчики»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-09.10	Игры, свободная деятельность.
09.10-10.10	Занятия (<i>суммарное время занятий не более 50 минут</i>). В перерывах <i>физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
10.10-10.30	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.30-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
12.00-12.20	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.20-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-13.00	Водные процедуры, подготовка ко сну.
13.00-15.30	Чтение художественной литературы, дневной сон.
15.30-15.45	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.45-16.00	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
16.00-17.30	Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

Утверждён
Приказом заведующего
МДОБУ «Муринский ДСКВ № 3»
от 31.08.2023 № 98

**Режим дня (холодный период)
группы общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет
«Медвежата»**

Время	Содержание
07.00-08.30	Приём детей, осмотр, свободная игра.
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30-08.50	Утренний круг.
08.50-10.40	<i>Занятия (суммарное время занятий не более 1 часа 30 минут). В перерывах физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность.</i>
10.40-11.00	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
11.00-12.10	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд).
12.10-12.30	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.
12.30-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.20	Водные процедуры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.
15.20-15.35	Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.35-15.50	Подготовка к полднику (уплотнённый полдник)
15.50-17.10	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы. Вечерний круг.
17.10-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, игры, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность; индивидуальная работа с детьми. Уход детей домой.

