

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий БДОУ г. Омска
«Детский сад №397
комбинированного вида»
_____ Е.А. Чебоксарова
Приказ № 92-од
от 30.08.2024 года

РЕЖИМ ДНЯ

в холодный и тёплый период года

в группах

бюджетного дошкольного образовательного учреждения г. Омска

«Детский сад № 397 комбинированного вида»

на 2024-2025 учебный год

Режим дня детей раннего возраста в 1-й младшей группе

Режимные моменты	Время
Холодный период года (сентябрь - май)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (ОД)	9.00-9.30
Игровая самостоятельная деятельность	9.30-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.05-11.20
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед	11.20-11.50
Обед	
Подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Образовательная деятельность	15.40-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50- 16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями.	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой.	18.45-19.00

Режим дня детей раннего возраста в 1-й младшей группе

Режимные моменты	Время
Теплый период года (июнь - август)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры)	10.10-11.15
Возвращение с прогулки, раздевание, водные процедуры	11.15-11.25
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед	11.25-11.50
Подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.45- 16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин.	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой	18.45-19.00

Режим дня детей во 2-й младшей группе

Режимные моменты	Время
Холодный период года (сентябрь - май)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (ОД)	9.00-9.40
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.40-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.25
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед	11.25-11.50
Подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.35
Образовательная деятельность	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой.	18.45-19.00

Режим дня детей во 2-й младшей группе

Режимные моменты	Время
Теплый период года (июнь - август)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры)	10.10-11.25
Возвращение с прогулки, раздевание, гигиенические процедуры	11.25-11.35
Подготовка к обеду, обед	11.35-11.50
Подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35- 16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин.	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой.	18.45-19.00

Режим дня детей средней группы

Режимные моменты	Время
Холодный период года (сентябрь - май)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (ОД)	9.00-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.50
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Образовательная деятельность	15.40-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00- 16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин.	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой.	18.45-19.00

Режим дня детей средней группы

Режимные моменты	Время
Теплый период года (июнь - август)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры)	10.10-11.40
Возвращение с прогулки, раздевание, гигиенические процедуры	11.40-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35- 16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин.	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой.	18.45-19.00

Режим дня детей старшей группы

Режимные моменты	Время
Холодный период года (сентябрь - май)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	9.00-10.00
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	10.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.20-12.00
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Дежурство. Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Образовательная деятельность	15.30-15.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой	18.45-19.00

Режим дня детей старшей группы

Режимные моменты	Время
Теплый период года (июнь - август)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-9.50
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.10-12.00
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Дежурство.	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	16.55-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой	18.45-19.00

Режим дня детей подготовительной к школе группы

Режимные моменты	Время
Холодный период года (сентябрь - май)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	9.00-10.10
Подготовка ко второму завтраку. Гигиенические процедуры.	10.10-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.30-12.00
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Дежурство. Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Образовательная деятельность	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	17.00-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой	18.45-19.00

Режим дня детей подготовительной к школе группы

Режимные моменты	Время
Теплый период года (июнь - август)	
Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика, гигиенические процедуры	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-10.00
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	10.00-10.10
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.20-12.00
Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры. Дежурство.	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.40
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры, ужин	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, работа с родителями	16.55-18.45
Возвращение с прогулки, уход домой	18.45-19.00