

ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 198 ОТКРЫТОГО АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

СОГЛАСОВАНА

Педагогическим советом
ЧДОУ «Детский сад № 198 ОАО
«РЖД»
Протокол от 30.08. 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ЧДОУ «Детский сад № 198
ОАО «РЖД»
от 30.08.2023 г. № 155
Заведующий _____ Н.А. Овчинникова

СОГЛАСОВАНА

Общим родительским собранием
ЧДОУ «Детский сад № 198 ОАО
«РЖД»
Протокол от 30.082023 г. № 1

Приложение № 7
к образовательной программе
дошкольного образования

**Режим и распорядок дня
в группах раннего и дошкольного возраста**

Режим дня в группах раннего и дошкольного возраста рассчитан на 12-часовое пребывание детей в Организации 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 детей, обеспечивает их хорошее самочувствие и активность, 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.

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет

/Партизанская 70Б/

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-9.40/9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 -11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.40-11.55
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30- 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.00

Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10/16.20-16.30
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога	16.30-17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05- 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	17.30-19.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	до 19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.20
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.20-11.30 9.20-9.30/09.40-09.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	15.50-17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	17.30-19.00
Уход детей домой	до 19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00

Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<i>Холодный период года</i>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10-8.45	8.30-9.00	8.30-8.50	8.30-8.45
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.45- 9.20	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	8.45-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами, кружки	9.20-10.00	9.15-10.05	9.15- 10.15	9.00-10.10 10.20- 10.50
Второй завтрак	10.00- 10.10	10.05- 10.15	10.15- 10.25	10.10- 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 11.45	10.15 - 11.55	10.25 - 12.00	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45- 11.55	11.55- 12.05	12.00- 12.10	12.00- 12.10
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.55- 12.30	12.05- 12.35	12.10- 12.30	12.10- 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30- 15.00	12.35- 15.05	12.30- 15.00	12.30- 15.00
Подъем, закаливающие процедуры	15.00- 15.10	15.00- 15.10	15.00- 15.10	15.25- 15.35

Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.40	15.10-15.30	15.10-15.30	15.30-16.00
Занятия (при необходимости) Игры, кружки, занятия со специалистами	-	-	15.35-16.00/16.00-16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки, занятия со специалистами, «ЧАС Сюжетно-ролевой игры», «Литературный час», Вечерний круг, понедельник «Школа юного профессионала», среда «Клуб краеведа».	15.40-17.10	15.30-17.15	15.55-17.20	15.55-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.35	17.15-17.40	17.20-17.40	17.25-17.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, кружки	17.35-19.00	17.40-19.00	17.40-19.00	17.45-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
<i>Дома</i>				
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
<i>Теплый период года</i>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00

Игры, самостоятельная деятельность, Утренний круг	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.30	9.00-9.30
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	9.20-11.35	9.15-11.50	9.30-12.00	9.30-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.35-12.00	11.50-12.00	12.00-12.15	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00-12.30	12.00-12.30	12.15-12.40	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10	12.40-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.10-15.20	15.10-15.25
Полдник	15.15-15.40	15.15-15.35	15.20-15.35	15.25-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, «Литературный час», Вечерний круг	15.40-16.50	15.35-17.00	15.35-17.05	15.40-17.15.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.50-17.10	17.00-17.15	17.05-17.20	17.15-17.-30
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.35	17.15-17.40	17.20 – 17.40	17.30-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.35-19.00	17.40-19.00	17.40-19.00	17.50-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
	<i>Дома</i>			
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет
/Ленинградская 38/

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.55
Второй завтрак	9.55-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 -11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.20-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.30- 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.00
Подготовка к прогулке	16.30-16.50
Самостоятельная и совместная деятельность детей и педагога	16.50-17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05.-17.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	17.35-19.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	до 19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Теплый период года	

Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.20
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	9.20-11.30
Второй завтрак	9.50- 10.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	15.50-17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	17.30-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00

Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-6 лет	6-7 лет
<i>Холодный период года</i>			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.30-8.55	8.35-8.50	8.40-8.55
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.55- 9.00	8.50 – 9.00	8.55-9.00

Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.00-10.00	9.00-10.05	9.00-11.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 -12.00	10.15 -12.15	10.20 -12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.10	12.15-12.30	12.25-12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.55-12.30	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30
Подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30	15.40-16.10	15.40-16. 10
Занятия (при необходимости) Игры, кружки, занятия со специалистами	-	16.10- 16.35	16.10- 16.40-
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки, занятия со специалистами , «ЧАС Сюжетно-ролевой игры», «Литературный час », Вечерний круг, понедельник «Школа юного профессионала», среда «Клуб краеведа».	15.30-17.10	16.35-17.17.15	16.40-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.35	17.15-17.35	17.25-17.45

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, кружки	17.35-19.00	17.35-19.00	17.45-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00
<i>Дома</i>			
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
<i>Теплый период года</i>			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-8.55	8.35-8.50	8.40-8.55
Игры, самостоятельная деятельность, Утренний круг	8.55-10.00	8.50-10.00	8.55-10.00
Второй завтрак	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	10.15-12.00	10.15-12.10	10.15-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.10- 12.30	12.20-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.30-15.15	15.30-15.25
Полдник	15.15-15.45	15.15-15.45	15.25-15.55

Игры, самостоятельная деятельность детей, «Литературный час»	15.45-16.15	15.45-16.20	15.55-16.35
Вечерний круг, подготовка к ужину, ужин	16.15-17.15	16.20-16.50	16.35-17.05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.15- 19.00	16.50.-19.00	17.05-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00
	<i>Дома</i>		
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00

Режим дня в дошкольных группах

/Тотмина 3А/

Режим дня в младшей группе (3-4 года) № 4

Содержание	Младшая группа № 4 (3-4 года)	Младшая группа № 4 (3-4 года)	Средняя групп (4-5 лет) № 6
<i>Холодный период</i>			
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10-8.45	8.10-8.45	8.30-9.00
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.45- 9.25, вт. 8.45-9.20	8.45- 9.00	9.00-9.15, вт.9.00-9.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут), занятия со специалистами	9.25-10.05, вт. 9.20-10.00	9.00-9.40	9.15-10.10, ср., пт. 9.00-9.50
Игры, самостоятельная	-	9.40-10.00	-

деятельность детей			
Второй завтрак	10.05-10.15	10.00-10.10	10.10-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 -11.45	10.10 -11.45	10.15 -11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45-11.55	11.45-11.55	11.50-11.55
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.55-12.30	11.55-12.30	11.50-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.35-15.05
Подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10	15.00-15.10	15.05-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.40	15.10-15.40	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки, занятия со специалистами, «ЧАС сюжетно-ролевой игры», «Литературный час», Вечерний круг, понедельник «Школа юного профессионала», среда «Клуб краеведа».	15.40-16.15	15.40-16.15	15.35-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки,	16.15-17.10	16.15-17.10	16.20-17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.35	17.10-17.35	17.15-17.40
Самостоятельная деятельность детей, кружки,	17.35-18.25	17.35-18.30	17.40-18.25
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	18.25 – до 19.00	18.30 – до 19.00	18.25 - до 19.00
<i>Теплый период года</i>			
Утренний прием детей на свежем воздухе, игры, самостоятельная деятельность, утренняя	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30

гимнастика (не менее 10 минут)			
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность, Утренний круг	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.15
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	9.20-11.35	9.20-11.35	9.15-11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.35-12.00	11.35-12.00	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00- 12.30	12.00- 12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.40	15.15-15.40	15.15-15.35
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, «Литературный час», Вечерний круг	15.40-16.50	15.40-16.50	15.35-17.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.50-17.10	16.50-17.10	17.00-17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.35	17.10-17.35	17.15- 17.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.35-19.00	17.35-19.00	17.40-19.00
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00