

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
БДОУ г. Омска «Центр развития
ребенка – детский сад № 119»
«31» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий БДОУ г. Омска «центр развития
ребенка – детский сад № 119»
Н.А. Степанова

Приказ № 130 от «31» августа 2023г.

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ БДОУ г. Омска «Центр развития ребенка – детский сад № 119»

Режим пребывания воспитанников БДОУ г. Омска «Центр развития ребенка – детский сад № 119» составлен в соответствии с:

СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 сентября 2020 г. № 28.

СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 января 2021 г. № 2.

СП 2.3/2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32

Режим пребывания воспитанников группы раннего возраста

Холодный период года

Теплый период года

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
Разнообразная детская деятельность	8.30 – 8.50
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.45
Возвращение с прогулки / самостоятельная деятельность детей	11.45 – 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
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей (режимные моменты)	16.00 – 16.15
Занятия в игровой форме по подгруппам (по необходимости)	16.00–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, Возвращение с прогулки	16.15–17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.30
Прогулка и уход детей домой	До 19.00

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей (на свежем воздухе). Осмотр, разнообразная детская деятельность в соответствии с темой индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак:	8.10 – 9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 – 9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30–11.30 9.40–9.50 9.50–10.00
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30.-12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну. Сон. Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 -15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей (режимные моменты)	16.00 – 16.15
Занятия в игровой форме по подгруппам (по необходимости)	16.00–16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, Возвращение с прогулки	16.15–17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.30
Прогулка и уход детей домой	До 19.00

Режим пребывания воспитанников 2 младшей группы

Холодный период года

Теплый период года

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
Разнообразная детская деятельность, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.50
Второй завтрак	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	10.00 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну. Сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, закаливающие процедуры.	15.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия. Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30 – 17.30
Ужин	17.30
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет. Утренняя прогулка в детский сад.	6.30- 7.00
В дошкольном учреждении	
Прием детей (на свежем воздухе). Разнообразная детская деятельность в соответствии с темой, индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)	8.00 – 8.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку.	8.10 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.20
Второй завтрак.	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	9.20 – 12.00
Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	13.00 – 15.30
Полдник.	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30 – 17.30
Ужин	17.30
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30

Режим пребывания воспитанников средней группы

Холодный период года

Теплый период года

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
Разнообразная детская деятельность, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.15
Второй завтрак	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	10.10 – 12.10
Обед	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну. Сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, закаливающие процедуры.	15.15 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия. Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30 – 17.30
Ужин	17.30
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет. Утренняя прогулка в детский сад.	6.30- 7.00
В дошкольном учреждении	
Прием детей (на свежем воздухе). Разнообразная детская деятельность в соответствии с темой, индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)	8.00 – 8.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку.	8.10 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.15
Второй завтрак.	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	9.15 – 12.00
Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30 – 17.30
Ужин	17.30
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30

Режим пребывания воспитанников старшей группы

Холодный период года

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
Разнообразная детская деятельность, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.15
Второй завтрак	10.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	10.15 – 12.15
Обед	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну. Сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, закаливающие процедуры.	15.15 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия при необходимости	16.00 – 16.25
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.25 – 17.30
Ужин	17.35
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30

Теплый период года

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ
Дома	
Подъем, утренний туалет. Утренняя прогулка в детский сад.	6.30- 7.00
В дошкольном учреждении	
Прием детей (на свежем воздухе). Разнообразная детская деятельность в соответствии с темой, индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)	8.00 – 8.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку.	8.10 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.15
Второй завтрак.	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	9.15 – 12.00
Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.25
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.25 – 17.30
Ужин	17.35
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30

Режим пребывания воспитанников подготовительной к школе группы

Холодный период года

Теплый период года

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет, прогулка по пути в детский сад	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
Разнообразная детская деятельность, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 11.00
Второй завтрак	10.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	11.00 – 12.30
Обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну. Сон	13.00 – 15.15
Постепенный подъем, воздушные, закаливающие процедуры.	15.15 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия при необходимости	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки	16.30 – 18.00
Ужин	18.00
Прогулка и уход домой	До 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ
Дома	
Подъем, утренний туалет. Утренняя прогулка в детский сад.	6.30- 7.00
В дошкольном учреждении	
Прием детей (на свежем воздухе). Разнообразная детская деятельность в соответствии с темой, индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)	8.00 – 8.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку.	8.10 – 8.30
Завтрак.	8.30 – 9.00
Второй завтрак.	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	9.00 – 12.00
Обед.	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	13.00 – 15.30
Полдник.	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00– 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки	17.00 – 18.00
Ужин	18.00
Прогулка. Уход детей домой	18.15 - 19.00
Дома	
Прогулка. Подготовка к ужину. Ужин	19.00-20.00
Укладывание, ночной сон	20.00 - 6.30