

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**АНО «ЦЭИ и КРД «Город детства» на 2024 – 2025**  
**учебный год Режим дня в группах раннего возраста**

Содержание	Время 1 -2 лет	Время 2-3 лет
<b>Холодный период года</b>		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00 - 08.10	07.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.40	08.10 - 08.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	08.40- 09.00	08.40- 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.00 -09.10	09.00 -09.10
	09.20 – 09.30	09.20 – 09.30
Второй завтрак	09.30 - 09.40	09.30 - 09.40
Подготовка к прогулке, прогулка	09.40- 11.30	09.40- 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.10	15.00-15.10
Полдник	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.30-15.40	15.30-15.40
	15.50-16.00	15.50-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00-16.50	16.00-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.20	16.50-17.20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	17.20 – 19.00	17.20 – 19.00

Уход детей домой	до 19.00	до 19.00
Прогулка с родителями (законными представителями)		
<b>Теплый период года</b>		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00 - 08.10	07.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40	08.10 – 08.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	08.40 - 11.30	08.40 - 11.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	09.00 - 09.10 09.20 – 09.30	09.00 - 09.10 09.20 – 09.30
Второй завтрак	09.30 - 09.40	09.30 - 09.40
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00 - 15.00	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 -15.30	15.10 -15.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.30 – 16.50	15.30 – 16.50
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.20 - 16.30 16.40 - 16.50	16.20 - 16.30 16.40 - 16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.20	16.50-17.20
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20-19.00	17.20-19.00

### Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
<b>Холодный период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40	08.10 – 08.40	08.10 – 08.40	08.20 – 08.50
Игры, подготовка к занятиям	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.50-09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00 – 09.40	09.00 – 09.50	09.00 – 10.00	09.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.50-11.35	10.00-12.00	10.20-12.00	10.50-12.00
Второй завтрак	09.40-09.50	09.50-10.00	09.30-09.40	09.35-09.45
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.00	12.00-12.35	12.00 -12.35	12.00 -12.35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.10	12.35 -15.10	12.35 -15.20	12.35 -15.20
Полдник	15.10 -15.20	15.10 -15.20	15.20- 15.30	15.20- 15.30
Занятия, совместная деятельность педагога с детьми	15.20–16.55	15.20–17.00	15.30 –17.05	15.30 –17.05
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.20	17.00 -17.30	17.05-17.30	17.05-17.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20 -19.00	17.30 -19.00	17.30- 19.00	17.30 -19.00
Прогулка с родителями (законными представителями)				

<b>Теплый период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.10-08.20
Завтрак	08.10 – 08.40	08.10 – 08.40	08.10 – 08.40	08.20 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.50-09.00
Второй завтрак	09.40-09.50	09.50-10.00	09.30-09.40	09.35-09.45
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.00-11.35	09.00-12.00	09.00-12.00	09.00-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.00	12.00-12.35	12.00 -12.35	12.00 -12.35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.10	12.35 -15.10	12.35 -15.20	12.35 -15.20
Полдник	15.10 -15.20	15.10 -15.20	15.20- 15.30	15.20- 15.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	15.20- 16.55	15.20- 17.00	15.30- 17.05	15.30- 17.05
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.20	17.00 -17.30	17.05-17.30	17.05-17.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.20 -19.00	17.30 -19.00	17.30- 19.00	17.30 -19.00

Длительность прогулки за день – не менее 3 часов

Продолжительность дневного сна. Для детей 1–3 лет – минимум 3 часа, 4–7 лет – минимум 2,5 часа

Длительность утренней зарядки – не менее 10 минут

Суммарный объем двигательной активности - не меньше 1 часа в день для всех детей