

Согласованно на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1  
От «30» августа 2024г

Утверждаю  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад №211»  
\_\_\_\_\_Л.В.Деева

### Режим дня детей от 3 до 7 лет (тёплый период)

Режимные моменты	Время проведения			
	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Приём, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 - 9.50	8.50 - 9.50	8.50 - 9.50	8.50 - 9.50
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.40 - 11.00	10.40 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 12.00	10.10 – 12.10	11.00 – 12.30	10.50 – 12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.20	12.10 - 12.30	12.30 - 12.50	12.30 - 12.50
Обед	12.20 - 13.00	12.30 - 13.10	12.50 - 13.20	12.50 - 13.20
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъём, профилактические физкультурно - оздоровительные процедуры	13.00 – 15.30	13.10 – 15.30	13.20 - 15.30	13.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20

Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40
Игры, уход детей домой	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00

### Режим дня детей от 3 до 7 лет (холодный период)

Режимные моменты	Время проведения			
	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Приём, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50	8.10 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 -9.00	8.50 -9.00	8.50 -9.00	8.50 -9.00
Занятия	9.00 -10.00	9.00 -10.00	9.00 -10.40	9.00 – 10.50
Второй завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.40 - 11.00	10.40 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 12.00	10.10 – 12.10	11.00 – 12.30	10.50 – 12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.20	12.10 - 12.30	12.30 - 12.50	12.30 - 12.50
Обед	12.20 - 13.00	12.30 - 13.10	12.50 - 13.20	12.50 - 13.20
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъём, профилактические физкультурно - оздоровительные процедуры	13.00 – 15.30	13.10 – 15.30	13.20 - 15.30	13.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50	15.30 - 15.50
Занятия ( по необходимости), игры, кружки	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00

Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20	17.00 - 18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40	18.20 - 18.40
Игры, уход детей домой	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00