

Утверждаю
Заведующий БДОУ г. Омска
«Детский сад № 10»
Е.В. Жукова
2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
вторая группа раннего развития «Гномики» (2-3 года)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	08.45 - 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.00 - 09.10 09.20 - 09.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	09.30 - 10.00
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.00 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 - 11.30
Возвращение с прогулки	11.30 - 11.45
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	11.45 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.00 – 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 – 19.00
Уход детей домой	до 19.00

Утверждаю
Заведующий БДОУ г. Омска
«Детский сад № 10»
Е.В. Жукова
2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
вторая группа раннего развития «Кроха» (2-3 года)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	08.45 - 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.00 - 09.10 09.20 - 09.30
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	09.30 - 10.00
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.00 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 - 11.30
Возвращение с прогулки	11.30 - 11.45
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	11.45 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.00 – 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 – 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ
младшая группа «Радуга» (3-4 года)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность	08.45 – 09.00
Занятие	09.00 - 09.15
Игры, самостоятельная деятельность	09.15 - 09.25
Занятие	09.25 - 09.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	09.40 - 10.00
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.00 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 - 11.35
Возвращение с прогулки	11.35 - 12.00
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка у ужину	18.00 - 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

РЕЖИМ ДНЯ
средняя группа «Лучики» (4-5 года)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность	08.45 – 09.00
Занятие	09.00 - 09.20
Игры, самостоятельная деятельность	09.20 - 09.30
Занятие	09.30 - 09.50
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	09.50 - 10.00
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.00 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 - 11.35
Возвращение с прогулки	11.35 - 12.00
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка у ужину	18.00 - 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

Утверждаю
Заведующий БДОУ г. Омска
«Детский сад № 10»
Е.В. Жукова
_____ 2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
старшая группа «Ягодки» (5-6 лет)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность	08.45 – 09.00
Занятие	09.00 - 09.25
Игры, самостоятельная деятельность	09.25 - 09.35
Занятие	09.35 - 10.00
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.00 - 10.10
Занятие	10.10 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35 - 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 - 12.15
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	12.15 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка у ужину	18.00 - 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00

Утверждаю
Заведующий БДОУ г. Омска
«Детский сад № 10»
Е.В. Жукова
_____ 2024г.

РЕЖИМ ДНЯ
подготовительная группа «Улыбка» (6-7 лет)
Холодный период

Распорядок дня в дошкольном образовательном учреждении	
Приём детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (зарядка)	07.00 - 08.15
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 1</u>	08.15 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность	08.45 – 09.00
Занятие	09.00 - 09.30
Игры, самостоятельная деятельность	09.30 - 09.40
Занятие	09.40 - 10.10
Подготовка к завтраку, умывание <u>Завтрак 2</u>	10.10 - 10.20
Занятие	10.20 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 - 12.10
Возвращение с прогулки	12.10 - 12.20
Подготовка к обеду, умывание <u>Обед</u>	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, взбадривающая гимнастика после сна, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, <u>полдник</u>	15.30 - 16.00
Занятие	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки, подготовка у ужину	18.00 - 18.15
<u>Ужин</u>	18.15 - 19.00
Уход детей домой	до 19.00