

*Принято  
на педагогическом совете  
Протокол № 2  
от 06.10.2023г.*

*Согласовано  
на Общем родительском собрании  
МДОУ «Детский сад № 38»  
Протокол №2 от 06.10.2023г.*



*Утверждаю  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад № 38»  
Ю.И. Фоменкова  
Приказ №254 от 06.10.2023г.*

## ***Режим дня обучающихся (воспитанников)***

*(организация образовательного процесса, самостоятельной игровой  
деятельности и прогулки в режиме дня)*

***муниципального дошкольного  
образовательного учреждения  
«Советский детский сад № 38»  
(МДОУ «Детский сад №38»)***

***на 2023-2024 учебный год  
(с изменениями от 06.10.2023г.)***

**г. Советск  
2023 г.**



Утверждаю  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад № 38»  
Ю.И. Фоменкова  
Приказ №254 06.10.2023г.

**Режим дня обучающихся (воспитанников)**  
(организация образовательного процесса, самостоятельной игровой деятельности и прогулки в режиме дня)  
**на холодный период года (с 06.10.2023)**  
(сентябрь 2023 – май 2024)

| Вид деятельности   | Группа раннего возраста  |                     | Младшая группа     |              | Средняя группа     |              | Старшая группа     |              | Подготовительная группа |              |        |
|--|--------------------------|---------------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|-------------------------|--------------|--------|
|  | Время в режиме дня       | длительность        | Время в режиме дня | длительность | Время в режиме дня | длительность | Время в режиме дня | длительность | Время в режиме дня      | длительность |        |
| Утренний приём детей (на воздухе)  | 7.00-7.25                | 25 мин              | 7.00-7.25          | 25 мин       | 7.00-7.25          | 25 мин       | 7.00-7.35          | 35 мин       | 7.00 -7. 35             | 35 мин       |        |
| Самостоятельная игровая деятельность/<br>утренний круг,<br>утренняя гимнастика | 7.25 – 8.10              | 45 мин              | 7.25-8.00          | 35 мин       | 7.25-8.00          | 35 мин       | 7.35-8.00          | 25 мин       | 7.35-8.00               | 25 мин       |        |
|  | 8.10-8.20<br>(в группе)  | -                   | 8.10-8.25          | 15 мин       | 8.00-8.20          | 20 мин       | 8.10-8.30          | 20 мин       | 8.00-8.20               | 20 мин       |        |
|  |                          | 10 мин              | 8.00-8.10          | 10 мин       | 8.20-8.30          | 10 мин       | 8.00-8.10          | 10 мин       | 8.20-8-30               | 10 мин       |        |
| Подготовка к завтраку  | 8.20 – 8.30              | 10 мин              | 8.25-8.30          | 5 мин        | 8.30-8.35          | 5 мин        | 8.30-8.35          | 5 мин        | 8.30-8.35               | 5 мин        |        |
| Завтрак  | 8.30 – 8.50<br>мин       | 20 мин              | 8.30-8.50          | 20 мин       | 8.35-8.55          | 20 мин       | 8.35-8.55          | 20 мин       | 8.35-8.55               | 20 мин       |        |
| Подготовка к ООД   | 8.50-9.00                | 10 мин              | 8.50-9.00          | 10 мин       | 8.55-9.00          | 5 мин        | 8.55-9.00          | 5 мин        | 8.55-9.00               | 5 мин        |        |
| Организованная образовательная   | Объём недельной нагрузки | 1ч 40 мин(100 мин ) |                    | 2 ч 30 мин   |                    | 3ч 20 мин    |                    | 5 ч 25 мин   |                         | 7 ч 30 мин   |        |
|  | Длительность ООД         | 6-10 мин            |                    | 7-15 мин     |                    | 10-20 мин    |                    | 10 -25 мин   |                         | 30мин        |        |
|  | Общее                    | Понедельн           | 10 мин             | Понедельн    | 30 мин             | Понедельн    | 40 мин             | Понедельн    | 50 мин                  | Понедель-    | 1 ч 30 |

|  |   |   |   |  |                              |  |   |  |  |  |     |
|--|---|---|---|--|------------------------------|--|---|--|--|--|-----|
|  | <b>время<br/>(динамическая<br/>пауза –<br/>не менее<br/>10 мин)</b>   | ик,<br>вторник,<br>пятница:<br>9.00 – 9.10<br>9.20-9.30 1-<br>я подгр.,<br>9.30-9.40<br>2-я подгр.<br>(ФК – 3<br>раза в<br>неделю);<br>среда:<br>9.00-9.08,<br>9.18-9.24,<br>9.34-9.40- 1<br>раз в<br>неделю;<br>Четверг :<br>9.00-9.10<br>9.20-9.30<br>-1 раз в<br>неделю. | +10<br>мин ( 4<br>раза в<br>неделю<br>),<br>8 мин<br>+ 6<br>мин.+<br>6<br>мин(1<br>раз в<br>неделю<br>) / 20<br>мин | ик, среда,<br>четверг:<br>9.00-9.15<br>9.25-9.40<br>- 3 раза в<br>неделю;<br>вторник:<br>9.00-9.15<br>9.40-9.55 –<br>1 раз в<br>неделю ;<br>пятница:<br>9.00-9.08<br>9.18-9.25,<br>11.05-<br>11.20(ФК<br>на воздухе)<br>1 раз в<br>неделю. |                              | ик, четверг,<br>пятница:<br>9.00-9.20<br>9.50-10.10<br>- 3 раза в<br>неделю;<br>вторник:<br>9.00-9.20<br>11.30-11.50<br>(ФК на<br>воздухе во<br>время<br>прогулки 1<br>раз в<br>неделю;<br>среда:<br>9.00-9.10<br>9.20-9.30<br>9.50-10.10-<br>1 раз в<br>неделю. |   | ик, :<br>9.00-9.25<br>9.45 -10.10<br>–1 раз в<br>неделю;<br>вторник:<br>9.00-9.15,<br>9.25-9.50,<br>10.00-10.10<br>- 1 раз в<br>неделю;<br>среда:<br>9.00-9.25<br>11.25-11.50<br>- 1 раз в<br>неделю<br>(ФК на<br>воздухе во<br>время<br>прогулки –<br>1 раз в<br>неделю);<br>Четверг,<br>пятница:<br>9.00-9.25<br>9.35-10.10-<br>2 раза в<br>неделю;<br>Пн, ср., чт:<br>16.00-16.25<br>(3 раза в<br>неделю) | + 25 мин<br>(2 поло-<br>вина<br>дня 3<br>раза в<br>неделю) | ник,<br>вторник,<br>среда,<br>пятница:<br>9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>10.20-10.50 –<br>4 раза в<br>неделю;<br>Четверг:<br>9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>11.20-11.50<br>(ФК на<br>воздухе– 1<br>раз в<br>неделю). | мин |
|  | <b>Самостоятельная<br/>игровая<br/>деятельность,<br/>совместная деятельность<br/>взрослого и детей (групппо-<br/>вая, подгрупповая, индивиду-<br/>альная, образ. деят. в реж.м)</b> | 9.10-<br>9.20+9.30-<br>10.10 или<br>9.10-9.30+<br>9.40-10.10<br>( пн.,вт.,пт.)<br>/9.08-9.18,   | 50 мин  | 9.40-10.10<br>(пн. ср. чт.)/<br>9.15-9.40 +<br>9.55-10.10<br>(вт.)/<br>9.25-10.10<br>(пт)  | 30 мин/<br>40 мин/<br>45 мин | 9.20-<br>9.50+10.10-<br>10.25 (пн,<br>чт, пт) или<br>9.50-10.25 ( вт.) или<br>10.10-10.25  | 65 мин/<br>35 мин/<br>15 мин/<br>45 мин | 9.25-<br>9.45+10.10-<br>10.25 (пн)<br>или 9.50-<br>10.25 (вт.)/<br>9.25-<br>10.25(ср.)/<br>10.50-10.55 -<br>4 раза в<br>неделю<br>(пн.,вт.,ср.,п<br>т);<br>10.10-10.55 –<br>1 раз в  | 35 мин/<br>60 мин/<br>25 мин                               | 5 мин/<br>45 мин   |     |

|  |   |                  |                            |  |  |                   |  |                   |  |                   |
|--|---|------------------|----------------------------|--|--|-------------------|--|-------------------|--|-------------------|
|  | 9.24-9.34,<br>9.40-10.10<br>(ср.)<br>9.10-<br>9.20,9.30-<br>10.10 (чт.) |                  |                            |  | (ср)   |                   | или<br>10.00-10.25<br>(чт, пт)   |                   | неделю (чт)  |                   |
| <b>Подготовка к прогулке<br/>Прогулка</b>  | 10.10-10.20   | 10 мин           | 10.10-10.20                | 10 мин                                     | 10.25-10.35  | 10 мин            | 10.25-10.35  | 10 мин            | 10.55-11.00  | 5 мин             |
|  | 10.20-11.20   | 1 ч              | 10.20-11.20                | 1ч<br>(ФК –<br>15 мин,<br>1 раз в<br>нед.) | 10.35-11.50<br>(ФК – 20<br>мин, 1 раз<br>в неделю) | 1ч 15<br>мин      | 10.35-11.50<br>(ФК – 25<br>мин, 1 раз<br>в неделю)                       | 1ч 15<br>мин      | 11.00-11.55<br>(ФК – 30<br>мин, 1 раз в<br>неделю) | 55 мин            |
| <b>Организованные и самостоятельные игры на прогулке</b>   | 10.20-11.20   | 20мин/<br>40 мин | 10.20-11.20                | 20 мин/<br>40мин                           | 10.35-11.50  | 35мин /<br>40 мин | 10.35-11.50  | 25 мин/<br>50 мин | 11.00-11.55  | 20 мин/<br>35 мин |
|  |   | 5 мин<br>30 мин  |                            | 5 мин<br>30 мин                            |  | 5 мин<br>30 мин   |  | 5 мин<br>30 мин   |  | 10 мин<br>25 мин  |
| <b>Подготовка к обеду<br/>Обед</b>   | 11.20-11.25<br>11.25-11.55  | 5 мин<br>30 мин  | 11.20-11.25<br>11.25-11.55 | 5 мин<br>30 мин                            | 11.50-11.55<br>11.55-12.25                         | 5 мин<br>30 мин   | 11.50-12.00<br>12.00-12.25   | 10 мин<br>25 мин  | 11.55-12.00<br>12.00-12.25                         | 5 мин<br>25 мин   |
| <b>Подготовка ко сну<br/>Сон</b>   | 11.55-12.00<br>12.00-15.00  | 5 мин<br>3 ч     | 11.55-12.00<br>12.00-15.00 | 5 мин<br>3ч                                | 12.25-12.30<br>12.30-15.00                         | 5 мин<br>2ч30мин  | 12.25-12.30<br>12.30-15.00   | 5 мин<br>2ч30мин  | 12.25-12.30<br>12.30-15.00                         | 5 мин<br>2ч30мин  |
| <b>Закаливающие процедуры,<br/>подготовка к полднику<br/>Полдник</b>   | 15.00-15.30   | 12 мин           | 15.00-15.25                | 12 мин                                     | 15.00-15.25  | 12 мин            | 15.00-15.25  | 14 мин            | 15.00-15.25  | 14 мин            |
|  |   | 18 мин           |                            | 13 мин                                     |  | 13мин             |  | 11мин             |  | 11мин             |
|  | 15.30-15.50   | 20 мин           | 15.25-15.45                | 20 мин                                     | 15.25-15.45  | 20 мин            | 15.25-15.45  | 20 мин            | 15.25-15.45  | 20мин             |
| <b>Самостоятельная деятельность,<br/>совместная деятельность взрослого и детей (групповая, подгрупповая, индивидуальная, образ.деятель в реж.моментах)</b> | 15.50-16.20   | 30 мин           | 15.45-16.20                | 35 мин                                     | 15.45-16.30  | 45 мин            | 15.45-16.00,<br>16.25-16.30<br>(пн.,ср.,чт)/<br>15.45-16.30<br>(вт., пт) | 20 мин<br>45 мин  | 15.45-16.30  | 45 мин            |

|   |                            |                 |   |                 |   |                 |  |                 |  |                 |
|---|----------------------------|-----------------|---|-----------------|---|-----------------|--|-----------------|--|-----------------|
| <b>ООД</b>  | -                          | -               | -   | -               | -   | -               | 16.00-16.25<br>(3 раза в<br>неделю<br>пн,ср,чт)                                    | 25 мин          | -  | -               |
| <b>Подготовка к ужину<br/>Ужин</b>  | 16.20-16.25<br>16.25-16.45 | 5 мин<br>20 мин | 16.20-16.25<br>16.25-16.45  | 5 мин<br>20 мин | 16.30-16.35<br>16.35-16.55                                      | 5 мин<br>20 мин | 16.30-16.35<br>16.35-16.55   | 5 мин<br>20 мин | 16.30-16.35<br>16.35-16.55                     | 5 мин<br>20 мин |
| <b>Вечерний круг</b>  | -                          | -               | 16.45-16.55   | 10 мин          | 16.55-17.05   | 10 мин          | 16.55-17.05  | 10 мин          | 16.55-17.05                                    | 10 мин          |
| <b>Подготовка к<br/>прогулке<br/>Прогулка<br/>Организованные и<br/>самостоятельные<br/>игры на прогулке</b> | 16.45-16.50                | 5 мин           | 16.55-17.00   | 5 мин           | 17.05-17.10   | 5 мин           | 17.05-17.10  | 5 мин           | 17.05-17.10                                    | 5 мин           |
|   | 16.50-19.00                | 2 ч 10м         | 17.00-19.00   | 2 ч             | 17.10-19.00   | 1 ч 50 м        | 17.10-19.00  | 1 ч 50 м        | 17.10-19.00                                    | 1ч 50 м         |
|   |                            | 55 мин/         |   | 40 мин/         |   | 35 мин/         |  | 35 мин/         |  | 35 мин/         |
|   |                            | 75 мин          |   | 80 мин          |   | 75 мин          |  | 75 мин          |  | 75 мин          |
| <b>Уход детей домой<br/>Итого:<br/>- самостоятельная<br/>деятельность;<br/><br/>- прогулки.</b>             | 19.00                      |                 | 19.00   |                 | 19.00   |                 | 19.00  |                 | 19.00  |                 |
|   | 4 ч 18 мин                 |                 | 3ч 53 мин<br>(пн,ср,чт.) / 4ч 03<br>мин(вт.) / 4 ч.08 мин<br>(пт) |                 | 4ч 13 мин (пн, чт., пт)/<br>/4ч 33 мин( вт.)/3 ч 40<br>мин(ср.) |                 | 3ч 36 мин. (пн,)/ 4ч 01<br>мин (вт., ср.)) / 3ч 26<br>мин (чт.)/3ч 51 мин<br>(пт.) |                 | 3ч 16 мин (пн,вт.,ср.,пт)<br>/ 3 ч 56 мин (чт) |                 |
|   | 3ч 35 мин                  |                 | 3ч 25 мин   |                 | 3ч 30 мин   |                 | 3ч 40 мин  |                 | 3 ч 20 мин                                     |                 |

Утверждаю  
 Заведующий МДОУ  
 «Детский сад № 38»  
*Ю.И. Фоменкова*  
 Приказ №254 06.10.2023г.  
 Сад № 38

**Режим дня обучающихся (воспитанников)**  
 (организация образовательного процесса, самостоятельной игровой деятельности и прогулки в режиме дня)  
**на тёплый период года(с 06.10.2023г.)**  
 (01 июня 2024 – 31 августа 2024)

| Вид деятельности   | Группа раннего возраста   |              | Младшая группа             |              | Средняя группа             |              | Старшая группа             |              | Подготовительная группа     |              |
|--|---------------------------|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|--------------|-----------------------------|--------------|
|  | Время в режиме дня        | длительность | Время в режиме дня         | длительность | Время в режиме дня         | длительность | Время в режиме дня         | длительность | Время в режиме дня          | длительность |
| Приём детей  | 7.00-7.25<br>(на воздухе) | 25 мин       | 7.00- 7.25<br>(на воздухе) | 25 мин       | 7.00- 7.25<br>(на воздухе) | 25 мин       | 7.00- 7.35<br>(на воздухе) | 35 мин       | 7.00 -7. 35<br>(на воздухе) | 35 мин       |
| Самостоятельная игровая деятельность, утренняя гимнастика, утренний круг                                 | 7.25-8.10                 | 45 мин       | 7.25-8.00                  | 35 мин       | 7.25-8.00                  | 35 мин       | 7.35-8.00                  | 25 мин       | 7.35-8.00                   | 25 мин       |
|  | 8.10-8.20<br>(в группе)   | 10 мин       | 8.00-8.10                  | 10 мин       | 8.20-8.30                  | 10 мин       | 8.00-8.10                  | 10 мин       | 8.20-8.30                   | 10 мин       |
|  |                           | -            | 8.10-8.25                  | 15 мин       | 8.00-8.20                  | 20 мин       | 8.10-8.30                  | 20 мин       | 8.00-8.20                   | 20 мин       |
| Подготовка к завтраку  | 8.20-8.30                 | 10мин        | 8.25-8.30                  | 5 мин        | 8.30-8.35                  | 5мин         | 8.30-8.35                  | 5мин         | 8.30-8.35                   | 5мин         |
| Завтрак  | 8.30 –9.00                | 30 мин       | 8.30-9.00                  | 30 мин       | 8.35-9.00                  | 25 мин       | 8.35-9.00                  | 25 мин       | 8.35-9.00                   | 25 мин       |
| Игровая деятельность, познавательно – исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей | 9.00-10.00                | 60 мин       | 9.00-10.10                 | 70 мин       | 9.00-10.25                 | 85 мин       | 9.00-10.25                 | 85 мин       | 9.00-10.45                  | 105 мин      |
| Подготовка к прогулке<br>Прогулка  | 10.00-10.10               | 10 мин       | 10.10-10.20                | 10 мин       | 10.25-10.35                | 10 мин       | 10.25-10.35                | 10 мин       | 10.45-10.55                 | 10 мин       |
|  | 10.10-11.20               | 1 ч 10м      | 10.20-11.20                | 1ч           | 10.35-11.50                | 1ч 15 м      | 10.35-11.50                | 1ч 15 м      | 10.55-11.55                 | 1ч           |
| Организованные и   | 10.20-11.20               | 20мин/       | 10.20-11.20                | 20 мин/      | 10.35-11.50                | 35мин/       | 10.35-11.50                | 25 мин/      | 10.55-11.55                 | 20 мин/      |

|  |             |           |             |            |             |            |             |            |             |            |
|--|-------------|-----------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| самостоятельные<br>игры на прогулке  |             | 40 мин    |             | 40мин      |             | 40 мин     |             | 50 мин     |             | 40 мин     |
| Подготовка к обеду<br>Обед   | 11.20-11.25 | 5 мин     | 11.20-11.25 | 5 мин      | 11.50-11.55 | 5 мин      | 11.50-11.55 | 5 мин      | 11.50-11.55 | 5 мин      |
|  | 11.25-11.55 | 30 мин    | 11.25-11.55 | 30 мин     | 11.55-12.25 | 30 мин     | 11.55-12.25 | 30 мин     | 11.55-12.25 | 30 мин     |
| Подготовка ко сну<br>Сон   | 11.55-12.00 | 5 мин     | 11.55-12.00 | 05 мин     | 12.25-12.30 | 5 мин      | 12.25-12.30 | 5 мин      | 12.25-12.30 | 5 мин      |
|  | 12.00-15.00 | 3 ч       | 12.00-15.00 | 3 ч        | 12.30-15.00 | 2 ч 30 м   | 12.30-15.00 | 2 ч 30 м   | 12.30-15.00 | 2 ч 30 м   |
| Закаливающие<br>процедуры,<br>подготовка к<br>полднику<br>Полдник                                | 15.00-15.30 | 12 мин    | 15.00-15.25 | 12 мин     | 15.00-15.25 | 12 мин     | 15.00-15.25 | 14 мин     | 15.00-15.25 | 14 мин     |
|  |             | 18 мин    |             | 13 мин     |             | 13 мин     |             | 11 мин     |             | 11 мин     |
|  | 15.30-15.50 | 20 мин    | 15.25-15.45 | 20 мин     | 15.25-15.45 | 20 мин     | 15.25-15.45 | 20 мин     | 15.25-15.45 | 20мин      |
| Самостоятельная<br>деятельность  | 15.50-16.20 | 30 мин    | 15.45-16.20 | 35 мин     | 15.45-16.30 | 45 мин     | 15.45-16.30 | 45 мин     | 15.45-16.30 | 45 мин     |
| Подготовка к ужину<br>Ужин   | 16.20-16.25 | 5 мин     | 16.20-16.25 | 5 мин      | 16.30-16.35 | 5 мин      | 16.30-16.35 | 5 мин      | 16.30-16.35 | 5 мин      |
|  | 16.25-16.45 | 20 мин    | 16.25-16.45 | 20 мин     | 16.35-16.55 | 20 мин     | 16.35-16.55 | 20 мин     | 16.35-16.55 | 20 мин     |
| Вечерний круг  | -           | -         | 16.45-16.55 | 10 мин     | 16.55-17.05 | 10 мин     | 16.55-17.05 | 10 мин     | 16.55-17.05 | 10 мин     |
| Подготовка к<br>прогулке.<br>Прогулка<br>Организованные и<br>самостоятельные<br>игры на прогулке | 16.45-16.50 | 5 мин     | 16.55-17.00 | 5 мин      | 17.05-17.10 | 5 мин      | 17.05-17.10 | 5 мин      | 17.05-17.10 | 5 мин      |
|  | 16.50-19.00 | 2ч 10 м   | 17.00-19.00 | 2ч         | 17.10-19.00 | 1 ч 50 м   | 17.10-19.00 | 1 ч 50 м   | 17.10-19.00 | 1 ч 50 м   |
|  |             | 55 мин/   |             | 40мин /    |             | 35 мин/    |             | 35 мин/    |             | 40 мин/    |
|  |             | 75 мин    |             | 80мин      |             | 75мин      |             | 75мин      |             | 70мин      |
| Уход детей домой   | 19.00       |           | 19.00       |            | 19.00       |            | 19.00       |            | 19.00       |            |
| Итого: -<br>самостоятельная<br>деятельность;   |             | 4ч 28 мин |             | 4 ч 33 мин |             | 4 ч 53 мин |             | 4 ч 51 мин |             | 4 ч 56 мин |
| - прогулки.  |             | 3ч 45 мин |             | 3 ч 25 мин |             | 3 ч 30мин  |             | 3 ч 40 мин |             | 3 ч 25 мин |