

Бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска «Детский сад №40»  
(БДОУ г. Омска «Детский сад №40»)



Утверждаю  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад №40»  
\_\_\_\_\_ Н.Ф. Троян  
от 30.08.2024

**Режим дня смешанной группы (младшая/средняя) «Светлячок»**  
Длительность пребывания детей в группе: 12 часов, сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, опрос родителей, игры	07:00 – 08:00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:05 – 08:15
Завтрак	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	08:30 – 09:00
Образовательная нагрузка	Занятие 1	09:00 – 09:20
Перерыв между занятиями	физкультурные минутки	09:20 – 09:35
Образовательная нагрузка	Занятие 2	09:35 – 09:55
Самостоятельная деятельность	Игры, отдых	09:55 – 10:20
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10:20 – 10:40
Прогулка	Подготовка к прогулке, переодевание, прогулка, возвращение с прогулки, переодевание	10:40 - 11:40
Обед	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	11:40 - 12.10
Дневной сон	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, переодевание	12:10 – 15:00
Полдник	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.10 – 15.35
Прогулка	Подготовка к прогулке, переодевание, прогулка, возвращение с прогулки, переодевание	15:35 – 17:35
Ужин	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	17:35 – 18:05
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, переодевание, уход домой	18.35 – 19:00

Бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска «Детский сад №40»  
(БДОУ г. Омска «Детский сад №40»)



Утверждаю  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад №40»  
\_\_\_\_\_ Н.Ф. Троян  
от 30.08.2024

**Режим дня смешанной группы (старшая/подготовительная) «Непоседы»**

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов, сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия, опрос родителей, игры	07:00 – 08:00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:15 – 08:25
Завтрак	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	08:30 – 09:00
Образовательная нагрузка	Занятие 1	09:00 – 09:30
Перерыв между занятиями	физкультурные минутки	09:30 – 09:40
Образовательная нагрузка	Занятие 2	09:40 – 10:10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	10:10 – 10:30
Прогулка	Подготовка к прогулке, переодевание, прогулка, возвращение с прогулки, переодевание	10.30 - 12.00
Обед	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	12:00 - 12.35
Дневной сон	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, переодевание	12:35 – 15:05
Полдник	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.05 – 15.30
Образовательная нагрузка	Занятие 2	15.30 - 16.00
Прогулка	Подготовка к прогулке, переодевание, прогулка, возвращение с прогулки, переодевание	16.00 – 17:30
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, игры	17.30- 18.00
Ужин	Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столом, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	18:00 – 18:30
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг, переодевание, уход домой	18.30 – 19:00