

Управление образования города Ростова-на-Дону  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону  
«Детский сад № 293»  
(МБДОУ № 293)

**Утверждаю**

Заведующий МБДОУ № 293  
\_\_\_\_\_/Рвачева Л.В./

**Примерный режим дня в дошкольных группах**

Содержание	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Холодный период года</b>					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к НОД	9.00-9.30	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
НОД (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.30-10.00	9.20-10.00	9.15-10.05	9.15-10.15	9.15-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30	10.00-12.00	10.05-12.00	10.15-12.00	10.50-12.30
<b>Второй завтрак в период 10.00-10.30</b>					
Обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.15-12.45	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30	12.30-15.30	12.45-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
НОД, игры, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.15-18.00	16.15-18.30	16.15-18.30	16.15-18.30	16.15-18.30
Ужин	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
<b>Теплый период года</b>					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00

Второй завтрак в период 10.00-10.30					
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.00-12.00	9.00-12.00	9.00-12.15	9.00-12.30	9.00-12.30
Обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.15-12.45	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30	12.30-15.30	12.45-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.15-18.30	16.15-18.30	16.15-18.30	16.15-18.30	16.15-18.30
Ужин	18.30-45	18.30-45	18.30-45	18.30-45	18.30-45
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00