

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Аленка»



Еременко Т.А.
Приказ № 13 от 30 августа 2024 г.

Режим дня на холодный период со 02.09.2024г. до 30.05.2025г.

	1(1), 1(2) младшие группы от 2 до 3 лет	2(1), 2(2) младшие группы от 3 до 4 лет	Средняя группа от 4 до 5лет	1,2 старшие группы От 5 до 6 лет	1,2 подготовительные к школе группы от 6 лет
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	08.00-08.55	08.00-08.55	08.00-09.00	08.00-08.30	08.00-08.40
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования)	08.30 – 08.40	08.30 – 08.40	08.30 – 08.40	08.30 – 08.40	08.30 – 08.40
Утренняя гимнастика	08.55-09.05	08.55-09.05	09.00-09.10	08.40-08.50	08.40-08.50
Игры, подготовка к завтраку	09.05-09.15	09.05-09.15	09.10-09.15	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00
Завтрак	09.15-09.30	09.15 -09.25	09.15 -09.25	09.00-09.10	09.00-09.10
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена)	09.30-09.40	09.25-09.30	09.25-09.30	09.10-09.30	09.10-09.30
Занятия, занятия со специалистами	09.40-09.50 10.00-10.10	09.30-10.10	09.30-10.20	09.30-9.55 10.05-10.30	09.30-10.00 10.10-10.40
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	10.10-10.20	10.10-10.20	10.20-10.30	10.30-10.40	10.40-10.50
Второй завтрак	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	10.20-10.30	10.20-11.00	10.35-11.00	10.45-11.00	10.50-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность , самостоятельная деятельность	10.30-11.30	11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.10	11.10-12.20
Длительность 1 –ой прогулки	60мин	60 мин	60 мин	70мин	70 мин
Подготовка к обеду	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Обед	12.10 –12.30	12.10 –12.30	12.10 –12.30	12.20-12.40	12.30-12.50

Подготовка ко сну, сон	12.30-15.30	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10	12.50-15.20
Дневной сон	3часа	2часа 30мин	2часа 30мин	2часа 30 мин	2часа 30 мин
Постепенный подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.30-15.45	15.00-15.30	15.00-15.30	15.10-15.25	15.20-15.30
Подготовка к полднику	15.45-15.50	15.30-15.35	15.30-15.35	15.25-15.30	15.30-15.35
Полдник	15.50 – 16.00	15.35- 15.45	15.35- 15.45	15.30-15.40	15.35-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, ЧХЛ	16.00-16.15	15.45-16.00	15.45-16.00	15.40-15.50	15.45-15.50
Занятия	15.50-16.00			15.50-16.15	15.50-16.15
Двигательная деятельность (самостоятельное использование физкультурного оборудования, оздоровительные технологии)	16.15-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.15-16.30	16.15-16.30
Игры, подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30
Длительность 2-й прогулки	120мин	120мин	120мин	110 мин	110 мин
Общая продолжительность прогулки (в минутах)	3ч	3ч	3ч	3ч	3ч

Режим дня на теплый период со 02.06.2025г. до 29.08.2025г.

	1(1), 1(2), 1(3) младшие группы от 2 до 3 лет	2 младшая группа от 3 до 4 лет	1,2 средние группы от 4 до 5 лет	1,2 старшие группы От 5 до 6 лет	1,2 подготовительные к школе группы от 6 лет
Прием, осмотр, игры на открытом воздухе	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20
Двигательная активность (самостоятельное использовании физкультурного оборудования)	08.20-08.40	08.20-08.40	08.20-08.40	08.20-08.40	08.20-08.40
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Утренняя гимнастика на открытом воздухе	09.00-09.10	09.00-09.10	09.00-09.10	09.00-09.10	09.00-09.10
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к завтраку	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20	09.10-09.20
Завтрак	09.20-09.35	09.20-09.35	09.20-09.35	09.20- 09.35	09.20- 09.35
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	09.30-10.00	09.25-10.00	09.35-10.00	09.35-09.55	09.35- 09.55
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность	10.00-11.30	10.00-12.00	10.00-12.00	09.55-12.15	09.55-12.25

(активный отдых, подвижные и спортивные игры и упражнения)					
Второй завтрак	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35
Самостоятельная деятельность (личная гигиена, подготовка к обеду)	11.30-11.55	12.00-12.05	12.00-12.10	12.15-12.15	12.25-12.35
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	11.55-12.00	12.05-12.10	12.10-12.15	12.15-12.20	12.35-21.40
Обед	12.00- 12.20	12.10- 12.30	12.15-12.30	12.20-12.40	12.40-13.00
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.20	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10	13.00-15.30
Постепенный подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.20-15.30	15.00-15.10	15.00-15.10	15.10-15.20	15.30-15.40
Подготовка к полднику	15.30-15.35	15.10-15.15	15.10-15.15	15.20-15.25	15.40-15.45
Полдник	15.35-15.45	15.15-15.25	15.15-15.25	15.25-15.35	15.45 – 15.55
Театрализация/досуги/Дни рождения/ Совместная деятельность	15.45-16.05	15.25-16.00	15.25-16.00	15.35-16.05	15.55-16.20
Самостоятельная деятельность, ЧХЛ	16.05-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.05-16.30	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования, оздоровительные технологии)	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.40-18.30
Продолжительность прогулок	3 ч 30 мин	4 ч	4 ч	4ч 20 мин	4 ч 20 мин
Дневной сон с открытой фрамугой	3часа	2часа30мин	2часа 30мин	2часа 30 мин	2часа 30 мин