

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период 2023-2024 учебного года МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №15»

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подг.к школе группа
Прием, осмотр, прогулка, свободные игры, труд,	6.00-7.30	6.00-7.30	6.00-7.35	6.00-7.40	6.00-7.50
Утренняя гимнастика	7.30-7.35	7.30-7.35	7.35-7.42	7.40-7.50	7.50-8.00
Подготовка к завтраку,	7.35-7.45	7.35-7.45	7.42-7.50	7.50-7.55	8.00-8.05
Завтрак	7.45-8.10	7.45-8.10	7.50-8.10	7.55-8.15	8.05-8.20
Игры, сам.деят-ть, подготовка к ООД	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.15-8.20	8.20-8.20
Утренний круг	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.40
Игры, кружки, занятия со специалистами (ООД)	8.30-9.00(по п.гр)	8.30-9.10	8.30-9.20	8.30-10.05	8.40-10.35
Второй завтрак	9.00-9.10	9.10-9.20	9.20-9.35	10.05-10.15	10.35-10.45
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.10-11.05	9.20-11.05	9.35-11.25	10.15-11.40	10.45-12.05
Возвращение с прогулки, игры	11.05-11.20	11.05-11.25	11.25-11.35	11.40-12.00	12.05-12.20
Подготовка к обеду. Обед	11.20-11.45	11.25-11.50	11.35-12.00	12.00-12.30	12.20-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон ¹	11.45-14.50	11.50-14.40	12.00-14.40	12.30-14.40	12.45-14.45
Подъем, закалывающие процедуры, самост. д-ть, игры	14.50-15.15	14.40-15.30	14.40-15.35	14.40-15.00	14.45-15.10
ООД кружки, занятия со специалистами	15.15-15.25	-	-	15.00-15.55	15.10-15.55
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.30-15.40	15.35-15.45	15.40-15.50	15.45-16.10	15.55-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, самост. деятельность (в мл.группе)	16.10-16.35	15.45-16.15	15.50-16.20	16.10-16.25	16.10-16.30
Игры, самост.деятельность на прогулке		16.15-16.40	16.20-16.40	16.25-16.45	16.30-16.50
Вечерний круг		16.40-16.50	16.40-16.50	16.45-16.55	16.50-17.00
Вечерняя прогулка, игры, сам.деят-ть, доп. образ., уход детей		16.50-18.00	16.50-18.00	16.55-18.00	17.00-18.00
Д о м а:					
- Прогулка	18.00-19.30	18.00-19.30	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00
- Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	20.00-20.45	20.00-20.45	20.00-20.45
	20.30-6.00	20.30-6.00	20.45-6.00	20.45-6.00	20.45-6.00
ИТОГО в день:	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч
Прогулка ²	1-1,5 ч	1-1,5 ч	1,5-2 ч	1,5-2 ч	1,5-2 ч
Прогулка дома	3 ч	2 ч 30 мин	2 ч 30 мин	2 ч	2 ч
Дневной сон	16-20 мин	30 мин	40 мин	1 ч 09 мин	1 ч 30 мин
ООД					

Режим дня разработан на основе Сан.Пин 2.4.3648-20, «Инструктивно-методического письма о гигиенических требованиях...» Министерства образования РФ от 14.03.2000 г. № 65/23-16, утвержден на педагогическом совете № от 2023 года.

Согласно СанПин 2.4.1.3049-13 пункта 11.5 рекомендуется продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий.

Старший воспитатель *А.Н.Хабибуллина*

Старшая медицинская сестра *Медсестра О.В.Кулишова*