

Утверждено
Заведующий МБДОУ «Януросовский
детский сад»

Э.А. Нургалиева
2023 г.



Режим дня на холодный период года

Содержание группа	Вторая младшая группа	Длительность	Старшая группа	Длительность
Прием детей. Осмотр. Утренняя прогулка Игры. Утренняя гимнастика. Дежурство	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.15	1ч15мин	7.00 –7.40 7.40-7.50 7.50-8.35	1ч35мин
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.15 -8.45	30мин	8.35 – 8.55	20мин
Подготовка к деятельности	8.45 – 9.00	15 мин	8.55 -9.00	5мин
Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25- 9.40	15мин 10мин. перерыв 15 мин	9.00-9.25 9.35- 9.55	25мин 10минперерыв 20мин
Второй завтрак	9.40 -9.50	10мин	9.55 -10.05	10мин
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.50 -11.55	2ч05мин	10.05 -12.10	2ч5мин
Возвращение с прогулки	11.55 -12.05	10мин	12.10 -12.20	10мин
Подготовка к обеду, обед	12.05 -12.35	30мин	12.20 -12.50	30мин
Подготовка ко сну. Сон	12.35 -15.00	2ч.25мин	12.50 -15.00	2ч10мин
Постепенный подъем, воздушные закаливающие процедуры. Полдник	15.00 -15.25	25мин	15.00 -15.25	25мин
Непосредственно образовательная деятельность,	15.20-15.35	15мин	15.20-15.45	25мин
Прогулка на свежем воздухе: самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	15.35-16.00	25мин	15.45-16.00	15мин
Итого: Самостоятельная и совместная деятельность детей во время режимного момента (обед, сон, завтрак, полдник, игры, перерывы между ООД	2ч35мин		2ч 35мин	
Сон	2ч.25мин		2ч10мин	
Организованная образовательная деятельность	30мин		1ч15мин	
Время прогулки в утреннее и вечернее время на улице	3ч25мин		3часа 25 мин	