


рассмотрен и одобрен на педагогическом совете № 1 протокол № 1 от 31.08.2022 г. Заместитель заведующего по ВМР
 Н.С. Кайгородцева
 « 31 » 08 2022 г.



РЕЖИМ ДНЯ
МКДОУ №1 «Улыбка»
 (холодный период)

Режимные моменты	Возрастные группы				
	Раннего возраста	Младшие	Средние	Старшие	Подготовительные
	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Прием (по возможности на улице), осмотр детей;	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.07	7.30-8.00
Самостоятельная деятельность	(30 мин.)	(30 мин.)	(30 мин.)	(37 мин.)	(30 мин.)
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.05	8.00-8.07	8.07-8.17	8.00-8.10
	(5 мин)	(5 мин)	(7 мин)	(10 мин)	(10 мин)
Самостоятельная деятельность	8.05-8.30	8.05-8.30	8.07-8.40	8.17-8.45	8.10-8.50
Подготовка к завтраку	(25 мин)	(25 мин)	(33 мин)	(28 мин)	(40 мин)
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	8.40-8.55	8.45-9.00	8.50-9.00
	(20 мин)	(20 мин)	(15 мин)	(15 мин)	(10 мин)
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к НОД)	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00	9.00-9.05	9.00-9.05
	(10 мин)	(10 мин)	(5 мин)	(5 мин)	(5 мин)
Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.05-9.30	9.05-9.35
	(10 мин)	(15 мин)	(20 мин)	(25 мин)	(30 мин)
Совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, игры	9.10-9.20	9.15-9.25	9.20-9.30	9.30-10.00	9.35-9.45
	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(30 мин)	(10 мин)
Непрерывная образовательная деятельность	-	9.25-9.40	9.30-9.50	10.00-10.20	9.45-10.15
		(15 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(30 мин)
Самостоятельная деятельность	9.20-10.30	9.40-10.35	9.50-10.40	10.20-10.45	10.15-10.25
	(1ч. 10 мин)	(55 мин)	(50 мин)	(25 мин)	(10 мин)
Непрерывная образовательная деятельность	-	-	-	-	10.25-10.50
					(25 мин)
Второй завтрак	10.30-10.40	10.35-10.45	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-11.00
	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)
Подготовка прогулке	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-11.00	10.55-11.00	11.00-11.05
	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(5 мин)	(5 мин)
Прогулка	10.50-11.50	10.55-12.10	11.00-12.15	11.00-12.25	11.05-12.30

Самостоятельная деятельность на прогулке	(1ч.)	(1ч. 15 мин)	(1ч. 15 мин)	(1ч. 25 мин)	(1ч. 25 мин)
	45 мин	35 мин	30 мин	35 мин	40 мин
Подготовка к обеду	11.50-12.00	12.10-12.20	12.15-12.25	12.25-12.35	12.30-12.40
	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)	(10 мин)
Обед	12.00-12.20	12.20-12.40	12.25-12.45	12.35-12.55	12.40-13.00
	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20-15.20	12.40-15.10	12.45-15.10	12.55-15.10	13.00-15.10
	(3 ч)	(2 ч 30 мин)	(2 ч 25 мин)	(2 ч 15 мин)	(2 ч 10 мин)
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к полднику	15.20-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
	(10 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)
Полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)	(20 мин)
Непосредственно образовательная деятельность, игры, досуг.	15.50-16.00	-	-	15.50-16.15	15.50-16.20
	(10 мин)			(25 мин)	(30 мин)
Совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми, игры, общение, деятельность по интересам детей, подготовка к прогулке	16.00-16.20	15.50-16.20	15.50-16.20	16.15-16.45	16.20-16.50
	(20 мин)	(30 мин)	(30 мин)	(30 мин)	(30 мин)
Прогулка	16.20-18.20	16.20-18.20	16.20-18.20	16.45-18.20	16.50-18.25
	(2ч.)	(2ч.)	(2ч.)	(1ч 35 мин.)	(1ч 35 мин.)
Самостоятельная деятельность на прогулке	30 мин	30 мин	35 мин	35 мин	50 мин
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.25-18.30
	(10 мин.)	(10 мин.)	(10 мин.)	(10 мин.)	(5 мин.)
Ужин	18.30-18.50	18.30-18.50	18.30-18.50	18.30-18.45	18.30-18.40
	(20 мин.)	(20 мин.)	(20 мин.)	(15 мин.)	(10 мин.)
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.50-19.30	18.50-19.30	18.50-19.30	18.45-19.30	18.40-19.30
	(40 мин.)	(40 мин.)	(40 мин.)	(45 мин.)	(50 мин.)

- * Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.
- * Питание организовано пятиразовое (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин). Интервал между приемами пищи составляет 3-4 часа (не более 4- часов).
- * Прогулка организована 2 раза в день (первую половину дня и во вторую половину дня или перед уходом домой). Продолжительность прогулки составляет 3-4 часа ежедневно.
- * Продолжительность дневного сна составляет: в группах раннего возраста- 3 часа, младших -2,5 часа, средних - 2 ч. 25 минут, в старших -2ч. 15 минут и в подготовительных - 2ч. 10 минут.
- * Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет составляет не менее 3-4 часов.