



Распределение основных режимных моментов
по Инновационной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой 2019 год – Издание пятое (инновационное), исп. доп.- М.МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2019- с336.
в соответствии с СанПиНом 2.4.13049 – 13 от 15.03.2013 г.
на 2023-2024 учебный год
Холодный период года

	Возрастные группы					
	1 группа раннего возраста (2-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Старшая разновозрастная группа (5-7 лет)	Подготовительная группа (6-7лет 8)
Утренний прием, самостоятельная деятельность детей	7. ⁰⁰ -8. ³⁰	7. ⁰⁰ -8. ³⁰	7. ⁰⁰ -8. ³⁰	7. ⁰⁰ -8. ³⁰	7. ⁰⁰ -8. ³⁰	7. ⁰⁰ -8. ³⁰
Утренняя гимнастика	8. ⁰⁰ -8. ¹⁰	8. ⁰⁰ -8. ¹⁰	8. ¹⁰ -8. ²⁰	8. ²⁰ -8. ³⁰	8. ²⁰ -8. ³⁰	8. ³⁰ -8. ⁴⁰
Подготовка к завтраку. Завтрак	8. ³⁰ -9. ⁰⁰	8. ³⁰ -9. ⁰⁰	8. ³⁰ -9. ⁰⁰	8. ³⁰ -9. ⁰⁰	8. ³⁰ -9. ⁰⁰	8. ⁴⁰ -9. ⁰⁰
Игры, подготовка к занятиям	9. ⁰⁰ -9. ³⁰	9. ⁰⁰ -9. ²⁰	9. ⁰⁰ -9. ¹⁵	9. ⁰⁰ -9. ¹⁵	9. ⁰⁰ -9. ¹⁵	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 мин)	9. ³⁰ -9. ⁴⁰ 9. ⁵⁰ -10. ⁰⁰ в игровой форме по подгруппам	9. ²⁰ -10. ⁰⁰	9. ¹⁵ -10. ⁰⁵	9. ¹⁵ -10. ¹⁵	9. ¹⁵ -10. ¹⁵	9. ⁰⁰ -10. ⁵⁰
Самостоятельная деятельность, игры	10. ⁰⁰ -10. ³⁰	-	-	-	-	-
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки.	10. ³⁰ -12. ⁰⁰	10. ⁰⁰ -12. ⁰⁰	10. ⁰⁵ -12. ⁰⁰ <i>3 часа 20 минут</i>	10. ¹⁵ -12. ⁰⁰ <i>3 часа 15 минут</i>	10. ¹⁵ -12. ⁰⁰ <i>3 часа 15 минут</i>	10. ⁵⁰ -12. ⁰⁰ <i>3 часа 10 минут</i>
Подготовка к обеду. Обед	12. ⁰⁰ -12. ³⁰	12. ⁰⁰ -13. ⁰⁰	12. ⁰⁰ -13. ⁰⁰	12. ⁰⁰ -13. ⁰⁰	12. ⁰⁰ -13. ⁰⁰	12. ⁰⁰ -13. ⁰⁰
Подготовка ко сну. Сон	12. ³⁰ -15. ⁰⁰	13. ⁰⁰ -15. ⁰⁰	13. ⁰⁰ -15. ⁰⁰	13. ⁰⁰ -15. ⁰⁰	13. ⁰⁰ -15. ⁰⁰	13. ⁰⁰ -15. ⁰⁰
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15. ⁰⁰ -15. ²⁰	15. ⁰⁰ -15. ²⁰	15. ⁰⁰ -15. ²⁰	15. ⁰⁰ -15. ²⁰	15. ⁰⁰ -15. ²⁰	15. ⁰⁰ -15. ²⁰
Полдник	15. ²⁰ -15. ³⁰	15. ²⁰ -15. ³⁰	15. ²⁰ -15. ³⁰	15. ²⁰ -15. ³⁰	15. ²⁰ -15. ³⁰	15. ²⁰ -15. ³⁰
Самостоятельная деятельность детей. Работа кружков. Занятия.	15. ³⁰ -16. ⁰⁰	15. ³⁰ -16. ¹⁰	15. ³⁰ -16. ¹⁰	15. ³⁰ -16. ¹⁰	15. ³⁰ -16. ¹⁰	15. ³⁰ -16. ¹⁰
Ужин	16. ¹⁰ -16. ³⁰	16. ¹⁰ -16. ³⁰	16. ¹⁰ -16. ³⁰	16. ¹⁰ -16. ³⁰	16. ¹⁰ -16. ³⁰	16. ¹⁰ -16. ³⁰
Самостоятельная деятельность	-	-	16. ³⁰ -17. ⁰⁰			
Подготовка к прогулке.	16. ³⁰ -16. ⁴⁰	16. ³⁰ -17. ⁰⁰	17. ⁰⁰ -17. ²⁰			
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей на прогулке. Уход домой	17. ⁰⁰ -19. ⁰⁰	17. ³⁰ -19. ⁰⁰	17. ²⁵ -19. ⁰⁰	17. ²⁵ -19. ⁰⁰	17. ²⁵ -19. ⁰⁰	17. ²⁵ -19. ⁰⁰