

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МБДОУ г. Мурманска № 122  
А.В.Ульяновой  
Приказ от 31.08.2023 г. № 79/ОД

**Режим дня разновозрастной группы оздоровительной направленности  
«ЗВЁЗДОЧКИ» на 2023-2024 уч.г. (холодный период года)**

Содержание	Время	
	3-4 года	4-5 лет
	начало-окончание	начало-окончание
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.15	
Утренняя гимнастика	08.15 - 08.25	
Подготовка к завтраку ( <i>гигиенические процедуры</i> ) завтрак	08.25 - 08.35 08.35 - 08.50 <i>поточный метод</i>	
Игры, подготовка к занятиям	08.50 - 09.00	
<b>Занятия</b> (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)	09.00-10.05	09.00-10.05
	<i>2 занятия по подгруппам по 15 /20 минут по отдельному расписанию</i>	
Игры, взаимодействие со специалистами, <b>оздоровительные мероприятия</b>	10.05 - 10.30	
<b>Второй завтрак</b>	10.30 - 10.40	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00/10 ( <i>поточный метод</i> )	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение литературы	12.00/10-12.20	
<i>Подготовка к обеду (гигиенические процедуры), обед</i>	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00	15.30
	<b>сон 2,5 часа</b>	
<b>Уплотнённый полдник</b> ( <i>гигиенические процедуры до и после полдника</i> )	15.30 - 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки	16.00	17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00	18.30
Уход домой	до 19.00	
Прогулка с родителями (законными представителями)		

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МБДОУ г. Мурманска № 122  
А.В.Ульяновой  
Приказ от 31.08.2023 г. № 79/ОД

**Режим дня разновозрастной группы оздоровительной направленности  
«МЕЧТАТЕЛИ» на 2023-2024 уч.г. (холодный период года)**

Содержание	Время	
	<i>5-6 лет</i>	<i>6-7 лет</i>
	начало- окончание	начало- окончание
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.20	
Утренняя гимнастика	08.20 - 08.30	
Подготовка к завтраку ( <i>гигиенические процедуры</i> )	08.30 - 08.35	
завтрак	08.35 - 08.50	
Подготовка к занятиям	08.50 - 09.00	
<b>Занятия</b> (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)	09.00-10.15	09.00-10.50
	<i>2-3 занятия по подгруппам по 25/30 минут по отдельному расписанию</i>	
Игры, самостоятельная деятельность детей	10.15-10.50	--
Второй завтрак	10.50 - 11.00	
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00 - 12.15 ( <i>поточный метод</i> )	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение литературы	12.15 - 12.30	
<i>Подготовка к обеду (гигиенические процедуры), обед</i>	12.30 - 13.00	
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	
	<b>сон 2,5 часа</b>	
Уплотнённый полдник ( <i>гигиенические процедуры до и после полдника</i> )	15.30 - 16.00	
<b>Занятия (по отдельному расписанию)</b>	16.00-16.25	---
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки <b>оздоровительные мероприятия</b>	16.00 - 16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.40 - 18.30	
Уход домой	до 19.00	
Прогулка с родителями (законными представителями)		