

Утверждаю
 заведующий МАДОУ г. Мурманска 133
 М.В. Швилпонене

Режим дня МАДОУ г. Мурманска 133 на 2020-2021 учебный год

Виды деятельности	1 ясельного группа	2 ясельного группа	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительн группа
	1.5-2	2-3	3-4	4-5	5-6	6-7
В ДОУ Прием детей, игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.15	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00
Утренняя гимнастика		08.00 – 08.10	08.00 – 08.10	08.00 – 08.10	08.00 – 08.10	08.00-08.10
Самостоятельная деятельность, игры		08.10-08.25	08.10-08.30	08.10-08.35	08.10-08.40	08.10- 08.35
Подготовка к завтраку	08.15-08.30	08.25-08.30	08.30-08.40	08.35-08.45	08.40-08.48	08.45-08.50
Завтрак	08.30-08.45	08.30-08.45	08.40-08.50	08.45-08.55	08.48-08.58	08.50-08.58
Подготовка к образовательной деятельности	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00	08.55-09.00	08.58-09.00	08.58-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.10 (1 подгруппа) 09.20 - 09.30 (2 подгруппа)	09.00 - 09.10 (1 подгруппа) 09.20 - 09.30 (2 подгруппа)	09.00 - 09.15 09.25 - 09.40	09.00 - 09.20 09.30 - 09.50	09.00 - 09.25 09.35 - 10.00	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50
Самостоятельная деятельность, игры	09.30-10.30	09.30-10.30	09.40- 10.30	09.50-10.40	10.00-10.45	-
Второй завтрак	10.30 - 10.40	10.30 – 10.40	10.35 – 10.45	10.40 – 10.50	10.45 – 10.55	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.50	10.40-11.50	10.45-11.55	10.50-12.00	10.55-12.05	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, игры	11.50-11.55	11.50-11.55	11.55-12.05	12.00-12.10	12.05-12.15	12.10-12.20
Подготовка к обеду	11.55-12.00	11.55-12.00	12.05-12.10	12.10-12.15	12.15-12.20	12.20-12.25
Обед	12.00-12.15	12.00-12.15	12.10-12.25	12.15-12.30	12.20-12.35	12.25-12.40
Подготовка ко сну	12.15-12.20	12.15-12.20	12.25-12.30	12.30-12.35	12.35-12.40	12.40-12.45
Дневной сон	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20	12.30-15.00	12.35-15.05	12.40-15.10	12.45-15.15
Постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.20-15.25	15.20-15.25	15.00-15.10	15.05-15.20	15.10-15.25	15.15-15.30
Самостоятельная деятельность, игры	-	-	15.10-15.35	15.20-15.40	15.25-15.45	15.30-15.50
Подготовка к уплотненному полднику	15.25-15.30	15.25-15.35	15.35-15.40	15.40-15.45	15.45.15.50	15.50-15.55
Уплотненный полдник	15.30 -15.45	15.35-15.50	15.40-15.55	15.45-16.00	15.50-16.05	15.55-16.10
Организованная образовательная деятельность	15.45-15.55 (1 подгруппа) 16.05-16.15 (2 подгруппа)	15.50-16.00 (1 подгруппа) 16.10-16.20 (2 подгруппа)	-	-	16.05 – 16.30	-
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	16.15 – 16.55	16.20 – 16.55	15.55 – 16.55	16.00 – 16.55	16.30 – 16.55	16.10.-16.55

Подготовка к прогулке	16.55-17.00	16.55-17.00	16.55-17.00	16.55-17.00	16.55-17.00	16.55-17.00
Прогулка, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

Режим МАДОУ г. Мурманска 133 составлен в соответствии с СанПиН

Показатель	Организация, возраст	Норматив	СанПиН
Продолжительность прогулок, не менее	Для детей до 7 лет	3 часа	СанПиН 1.2.3685-21 (стр.374)
Продолжительность дневного сна, не менее	с 1 года до 3 лет	3 часа	СанПиН 1.2.3685-21 (стр.376)
	с 4 до 7 лет	2,5 часа	
Суммарный объем двигательной активности, не менее	Все возраста	1 час	СанПиН 1.2.3685-21 (стр.376)
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	До 7 лет	10 мин.	СанПиН 1.2.3685-21 (стр.376)
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 мин.	СанПиН 1.2.3685-21 (стр.374)
	от 3 до 4 лет	30 мин.	
	от 4 до 5 лет	40 мин.	
	от 5 до 6 лет	50 мин. или 75 мин. при организации 1 занятия после дневного сна	
	от 6 до 7 лет	90 мин.	