

РЕЖИМ ДНЯ

МДОУ «ЦРР – детский сад12»Березка»

на осенне-зимний период 2023-2024 уч. г.

Группа	1 младшая группа от 2 до 3 лет	2 младшая группа от 3 до 4 лет	Средняя группа от 4 до 5 лет	Подг. группа от 6 до 7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность.	7.30 - 7.50	7.30 -8.00	7.30 - 8.10	7.30.-8.00. (прием прогулка 30 м) 8.00 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	7.50 - 8.00	8.00 - 8.10	8.10 - 8.20	8.20 - 8.30
Артикуляционная гимнастика (речевая разминка), активное бодрствование, игры, общение	8.00 - 8.30	8.10 - 8.30	8.20 - 8.30	8.10.-8.20.
Подготовка к завтраку, завтрак*	8.30 - 9.00	8.30 -9.00	8.30 - 8.50	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности			8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30	9.00 - 9.40	9.00 – 9.50	9.00 - 10.50
Самостоятельная деятельность детей, игры со специалистами	9.30 – 9.50.	9.40 – 10.00	9.50-10.00	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.50.-11.50 (2ч)	10.00 – 12. 00 (2ч)	10.00 - 12.00 (2ч)	10.50 - 12. 20 (1ч30)
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.20	12.00 - 12.40	12.00 - 12.40	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.20 - 15.20 (3ч)	12.40 - 15.10 (2ч.30)	12.40 - 15.10 (2ч.30)	12.50 - 15.20 (2ч.30)
Полдник	15.20 - 15.30	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.20 - 15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.30- 16.30	15.20- 16.35	15.20- 16.40	15.30 - 16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.30 - 17.00	16.35 - 17.00	16.40 - 17.00	16.40 - 17.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 - 18.00 (1ч)	17.00 -18.00 (1ч)	17.00 - 18.00 (1ч)	17.00 - 18.00 (1ч)

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

