

РАЗРАБОТАНО:

Старший воспитатель МК ДОУ «Детский сад №181»



Вострецова Е.Ю.

СОГЛАСОВАНО:

Медицинская сестра МК ДОУ «Детский сад №181»



Риб В.С.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МК ДОУ «Детский сад №181»



Ворожищева Е.В.

М.П.

«Детский сад №181»

от 25.08.2023

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2023 по 31.05.2024
Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантинных мероприятий

Режимный момент	Возрастные группы					Группа старшего возраста (5-6 лет)	Группа подгот. к школе возраста (6-7 лет)
	1 младшая группа (1,5-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Группа среднего возраста (4-5 лет)	Группа старшего возраста (5-6 лет)			
	ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ						
Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.	7.00 – 8.00	7.00 – 7.50	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10/ 10мин.	7.50 – 8.00/ 10мин.	8.00 – 8.10/ 10мин.	8.00 – 8.10/ 10мин.	8.00 – 8.10/ 10мин.	8.00 – 8.10/ 10мин.	8.20 – 8.30/ 10мин.
Утренний круг	-	8.05 – 8.15	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8.10 – 8.20	8.15 – 8.25	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.30 – 8.35
Завтрак	8.20 – 8.50/ 30мин.	8.25 – 8.50/ 25мин.	8.30 – 8.50/ 20мин.	8.30 – 8.50/ 20мин.	8.30 – 8.50/ 20мин.	8.30 – 8.50/ 20мин.	8.35 – 8.55/ 20мин.
Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.00
Занятие (1)	9.00 – 9.10/ 10мин.	9.00 – 9.15/ 15мин.	9.00 – 9.20/ 20мин.	9.00 – 9.20/ 20мин.	9.00 – 9.25/ 25мин.	9.00 – 9.25/ 25мин.	9.00 – 9.30/ 30мин.
Динамическая пауза. Самостоятельные игры. Подготовка к следующему занятию.	9.10 – 9.20	9.15 – 9.25	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	9.25 – 9.35	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40
Занятие (2)	9.20 – 9.30/ 10мин.	9.25 – 9.40/ 15мин.	9.30 – 9.50/ 20мин.	9.30 – 9.50/ 20мин.	9.35 – 10.00/ 25мин.	9.35 – 10.00/ 25мин.	9.40 – 10.10/ 30мин.
Самостоятельные игры.	-	9.40 – 10.00	-	-	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	-
Второй завтрак	9.30 – 9.40/ 10мин.	10.00 – 10.10/ 10мин.	10.00 – 10.10/ 10мин.	10.00 – 10.10/ 10мин.	10.10 – 10.20/ 10мин.	10.10 – 10.20/ 10мин.	10.10 – 10.20/ 10мин.
Занятие (3)	-	-	-	-	-	-	10.20 – 10.50/ 30мин.
Подготовка к прогулке. Утренняя прогулка	9.40 – 11.10 1ч30мин.	10.10 – 11.40 1ч30мин.	10.10 – 11.40 1ч30мин.	10.10 – 11.40 1ч30мин.	10.20 – 11.50 1ч30мин.	10.30 – 10.50/ 20мин.	10.50 – 11.10/ 20мин.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	11.10 – 11.25/ 15мин.	11.40 – 11.55/ 15мин.	11.40 – 11.55/ 15мин.	11.40 – 11.55/ 15мин.	11.50 – 12.05/ 15мин.	11.50 – 12.05/ 15мин.	12.10 – 12.25/ 15мин.
Обед	11.25 – 11.55/ 30мин.	11.55 – 12.20/ 25мин.	11.55 – 12.20/ 25мин.	11.55 – 12.20/ 25мин.	12.05 – 12.30/ 25мин.	12.05 – 12.30/ 25мин.	12.25 – 12.45/ 20мин.
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.	11.55 – 12.15/ 20мин.	12.20 – 12.40/ 20мин.	12.20 – 12.40/ 20мин.	12.20 – 12.40/ 20мин.	12.30 – 12.50/ 20мин.	12.30 – 12.50/ 20мин.	12.45 – 12.55/ 10мин.
Дневной сон	12.15 – 15.15/ 3ч	12.40 – 15.10/ 2,5ч	12.40 – 15.10/ 2,5ч	12.40 – 15.10/ 2,5ч	12.50 – 15.20/ 2,5ч	12.50 – 15.20/ 2,5ч	12.55 – 15.25/ 2,5ч
	ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ						
Постепенный подъем. Профилактические, закалывающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.	15.15 – 15.45/30мин.	15.10 – 15.35/25мин.	15.10 – 15.25/ 25мин.	15.10 – 15.25/ 25мин.	15.20 – 15.45/ 25мин.	15.20 – 15.45/ 25мин.	15.25 – 15.50/ 25мин.
Подник	15.45 – 16.15/ 30мин.	15.35 – 15.55/ 25мин.	15.25 – 15.55/ 20мин.	15.25 – 15.55/ 20мин.	15.45 – 16.00/ 15мин.	15.45 – 16.00/ 15мин.	15.50 – 16.05/ 15мин.
Занятие (3)	-	-	-	-	16.00 – 16.25/ 25мин.	16.00 – 16.25/ 25мин.	-
Вечерний круг	-	15.55 – 16.05	15.55 – 16.05	15.55 – 16.05	16.25 – 16.35	Музыка/ Физ-ра	16.05 – 16.15
Свободная деятельность / Самостоятельные игры. Совместная деятельность.	16.15 – 16.25/ 10 мин.	16.05 – 16.20/ 15 мин.	16.05 – 16.20/ 15 мин.	16.05 – 16.20/ 15 мин.	-	16.25 – 16.35	16.05 – 16.15
Подготовка к прогулке. Вечерняя прогулка	16.25 – 17.50/ 1ч10мин.	16.20 – 17.50/ 1ч30мин.	16.20 – 17.50/ 1ч30мин.	16.20 – 17.50/ 1ч30мин.	16.35 – 18.00/ 1ч25мин.	16.35 – 18.00/ 1ч25мин.	16.30 – 18.00/ 1ч.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к ужину.	17.50 – 18.05/ 15мин.	17.50 – 18.10	17.50 – 18.10	17.50 – 18.10	18.00 – 18.15	18.00 – 18.15	18.00 – 18.15
Ужин	18.05 – 18.35/ 30мин.	18.10 – 18.40/ 30мин.	18.10 – 18.40/ 30мин.	18.10 – 18.40/ 30мин.	18.15 – 18.40/ 25мин.	18.15 – 18.40/ 25мин.	18.15 – 18.40/ 25мин.
Игры. Уход детей домой.	18.35 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00