

РЕЖИМ (РАСПОРЯДОК) ДНЯ МДОАУ № 152
(холодный период времени с 01.09.2024 г. – 31.05.2025 г.)

Вид деятельности	Группы общеразвивающей направленности для детей				
	2-3 лет	3-4 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр. Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа с детьми	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.20	07.00-08.30
Утренняя зарядка	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.30-08.40
<i>Двигательная активность</i> , самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к завтраку	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.40	08.10-08.40	08.40-08.45
Завтрак	08.30-08.45	08.30-08.45	08.40-08.50	08.40-08.50	08.45-08.55
<i>Двигательная активность</i> , самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятию)	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.55-09.00
Занятия Перерывы между занятиями (не менее 10мин)	09.00-09.45	09.00-09.50	09.00-10.20	09.00-10.20	09.00-11.00
Самостоятельная деятельность (игры, труд), индивидуальная работа	09.45-10.30	09.50-10.30	10.20-10.30	10.20-10.30	-
Второй завтрак	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35
Подготовка к прогулке 1, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	10.35-10.40	10.35-10.40	10.35-10.40	10.35-11.00	11.00-11.05
Прогулка 1 <i>Двигательная активность</i> (игры)	10.40-11.50 11.00-11.20	10.40-11.50 11.00-11.20	10.40-12.10 11.20-11.40	11.00-12.15 11.25-11.45	11.05-12.20 11.20-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду	11.50-12.00	11.50-12.00	12.10-12.20	12.15-12.25	12.20-12.30
Обед, работа по формированию КГН и культуры питания	12.00-12.20	12.00-12.20	12.20-12.35	12.25-12.40	12.30-12.45
Дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20	12.35-15.20	12.40-15.20	12.45-15.20
Постепенный подъем детей, корригирующая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Занятия	--	--	--	15.40-16.05	15.40-16.10
<i>Двигательная активность</i> , самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена подготовка к прогулке)	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	16.05-16.35	16.10-16.35
Прогулка 2. Совместная деятельность педагога с детьми (наблюдение, трудовая деятельность, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.30-18.20	16.30-18.20	16.30-18.20	16.35-18.20	16.35-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30
Ужин, работа по формированию КГН культуры навыков питания	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40
Самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00
<i>Дневная суммарная образовательная нагрузка</i>	20 мин	30 мин	40 мин	75 мин	90 мин
<i>Продолжительность прогулки</i>	3 ч.	3 ч.	3 ч 20 мин	3 ч	3 ч
<i>Продолжительность дневного сна</i>	3 ч.	3 ч.	2 ч. 45 мин	2 ч. 40 мин	2 ч. 35 мин
<i>Двигательная активность</i>	1 ч 45 мин	1 ч 45 мин	1 ч 50 мин	1 ч 30 мин	1 ч 15 мин