



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ детского сада №108

Л.В. Самарина

**МБДОУ города Иркутска детский сад №108      Режим дня (холодный период)**

Режимные моменты	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 8 лет	4 - 6 лет ТНР	5 - 8 лет ТНР
<b>Дома</b>						
Подъём, утренний туалет	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00
<b>В дошкольном учреждении</b>						
Утренний приём, осмотр, термометрия, самостоятельная деятельность детей, общения, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.10	7.00 – 8.16	7.00 – 8.25	7.00 – 8.35	7.00 – 8.25	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак .	8.10 – 9.00	8.16 – 9.00	8.25 – 9.00	8.35 – 9.00	8.25 – 9.00	8.35 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность (познавательное, речевое, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое, физическое развитие) перерыв между занятиями 10 минут	9.00 - 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.30	9.00 – 10.50	9.00 – 10.30	9.00 – 10.50
Самостоятельная деятельность . Второй завтрак	9.40 – 10.40	9.50 -11.00	10.30–11.00	10.50-11.00	10.30–11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Самостоятельная деятельность .Возвращение с прогулки.	10.40 -12.20	11.00-12.30	11.00-12.40	11.00-12.50	11.00-12.40	11.00-12.50
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.10 –12.40	12.30-13.00	12.40-13.10	12.50-13.15	12.40-13.10	12.50-13.15
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах). Дневной сон	12.40 –15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15.-15.00	13.10-15.00	13.15.-15.00
Подъём, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.00 –15.40	15.00-15.50	15.00-16.00	15.00-16.10	15.00-16.00	15.00-16.10

(образовательная деятельность в режимных моментах) игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в уголках						
Подготовка к плотному полднику, полдник	15.40 -16.10	15.50-16.10	16.00-16.20	16.00-16.15	16.00-16.20	16.00-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) ,	16.10 -18.15	16.10-18.15	16.20-18.20	16.15-18.25	16.20-18.20	16.15-18.25
Подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.15 –18.45	18.15-18.45	18.20-18.45	18.25-18.45	18.20-18.45	18.25-18.45
Самостоятельная деятельность, и уход домой	18.35 –19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00
<b>Дома</b>						
Прогулка	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45
Гигиенические процедуры	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30
Укладывание, ночной сон	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ детского сада №108

Л.В. Самарина

**МБДОУ города Иркутска детский сад №108**

**Режим дня (теплый период)**

Режимные моменты	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 8 лет	4 - 6 лет ТНР	5 - 8 лет ТНР
<b>Дома</b>						
Подъём, утренний туалет	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00	6.30 – 7.00
<b>В дошкольном учреждении</b>						
Утренний приём на улице, осмотр, термометрия, самостоятельная деятельность детей, общения, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.10	7.00 – 8.16	7.00 – 8.25	7.00 – 8.35	7.00 – 8.25	7.00 – 8.35
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку, завтрак.. Игры, экспериментирование, труд, подготовка к образовательной деятельности на прогулке, выход на прогулку.	8.10 – 9.00	8.16 – 9.00	8.25 – 9.00	8.35 – 9.00	8.25 – 9.00	8.35 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность: развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, воздушные и солнечные ванны) на участке во время прогулки	9.00 - 10.30	9.00 - 10.30	9.00 - 10.30	9.00 - 10.30	9.00 - 10.30	9.00 - 10.30
Возвращение с прогулки. Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Прогулка: игры, наблюдения, труд, подвижные игры, игровая деятельность, воздушные и солнечные процедуры	10.40 -12.20	11.00-12.30	11.00-12.40	11.00-12.50	11.00-12.40	11.00-12.50
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная	12.10 –12.40	12.30-13.00	12.40-13.10	12.50-13.15	12.40-13.10	12.50-13.15

игровая деятельность .Подготовка к обеду, обед .						
Подготовка ко сну. .Дневной сон	12.40 –15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15.-15.00	13.10-15.00	13.15.-15.00
Подъем, гимнастика после сна игры,. Подготовка к прогулке, прогулка. Непосредственная образовательная деятельность: развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам (физкультурно-оздоровительная, художественное творчество, игры, наблюдения, музыка, досуги воздушные и солнечные ванны) на участке во время прогулки).	15.00 –15.40	15.00-15.50	15.00-16.00	15.00-16.10	15.00-16.00	15.00-16.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к уплотненному полднику, полдник	15.40 -16.10	15..50-16.10	16.00-16.20	16.00-16.15	16.00-16.20	16.00-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, наблюдения, труд, подвижные игры, игровая деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	16.10 -18.15	16.10-18.15	16.20-18.20	16.15-18.25	16.20-18.20	16.15-18.25
Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину, ужин .	18.15 –18.45	18.15-18.45	18.20-18.45	18.25-18.45	18.20-18.45	18.25-18.45
Самостоятельная деятельность, и уход домой	18.35 –19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

### Дома

Прогулка	19.00 -20.00	19.00 -20.00	19.00 -20.00	19.00 -20.00	19.00 -20.00	19.00 -20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45	20.00 - 20.45
Гигиенические процедуры	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30	20.45 - 21.30
Укладывание, ночной сон	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00	21.30 - 7.00