

Режим дня МБДОУ г. Иркутска детский сад №124
От 1 года до 3х лет
2024- 2025 у.г.

Содержание	Время
Холодный период года с 01.09.2024 – 31.05.2025	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, физкультурные или музыкальные занятия (10 минут)	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Занятия в игровой форме, игровая деятельность. Суммарная образовательная нагрузка 20 минут Продолжительность занятия 10 минут	9.00 -10.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке Прогулка Возращение с прогулки (продолжительность прогулки в 1-ую половину дня 1 час)	11.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры (продолжительность сна 3 часа)	13.00 -16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, Прогулка (продолжительность прогулки в 2ую половину дня 2 часа) Возращение с прогулки	16.30 -18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
Теплый период года с 01.06.2025 – 31.08.2025	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, физкультурные или музыкальные занятия (10 минут)	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Подготовка к прогулке Прогулка, занятия на прогулке Возращение с прогулки	9.00-10.20
Второй завтрак	10.30 -11.00
Подготовка к прогулке Прогулка, игры на прогулке Возращение с прогулки	11.00 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	12.00 -16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	16.00 -16.30
Подготовка к прогулке, Прогулка Возращение с прогулки	16.30 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00