Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Иркутска детский сад № 131

**Режим дня (3-7 лет)**

**Сентябрь- май**

**Режим дня МБДОУ г. Иркутска детского сада № 131, 2023-2024 уч. год**

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | | **Время** |
| **Наименование** | **Содержание** |
| **Утренний прием** | Осмотр детей, термометрия; | 7.00 |
| **Самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика согласно расписанию** | Игры, самостоятельная деятельность | 8.00 |
| **ЗАВТРАК** | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; дежурство;  Гигиенические процедуры после приема  пищи; | 8.30 |
| **Образовательная деятельность согласно расписанию/перерыв/самостоятельная деятельность** | Организованная (непосредственно) | 8.50 |
|  | образовательная деятельность |  |
| (физкультурные минутки) |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | | 10.45 |
| **Прогулка, двигательая активность** | Прогулка: подвижные игры; | 10.50 |
| **ОБЕД** | Подготовка к приему пищи: гигиенические | 12.30 |
|  | процедуры, посадка детей за столами; |  |
|  | Прием пищи; дежурство |  |
|  | Гигиенические процедуры после приема пищи, подготовка ко сну | 12.50 |
|  |  |  |
| **Дневной СОН** |  | 12.55 |
|  |  |  |
|  | Сон. |  |
| **Подъем** | Постепенный подъем; Пробуждение; Профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.25 |
| **ПОЛДНИК** | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; дежурство  Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.30 |
| **Образовательная деятельность согласно расписанию/перерыв/самостоятельная деятельность** | Организованная образовательная деятельность | 16.00 |
| **Прогулка, двигательная деятельность** | Подготовка к прогулке, прогулка; | 17.00 |
| **УЖИН** | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; дежурство  Гигиенические процедуры после приема пищи | 18.30 |
| **Прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке** | Игры, самостоятельная деятельность | 18.40 |

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_\_/ М.А.Костина