

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение г. Иркутска детский сад № 141



Режим дня детей на теплый период

Режимные моменты / характер деятельности	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Дома					
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30
В детском саду					
Прием детей на воздухе. Визуальный осмотр. Взаимодействие с родителями. Игры, индивидуальная работа с детьми, двигательная активность. В том числе двигательная активность (игры малой подвижности) – 10 мин	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика на воздухе	08.10 – 08.15	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.15 – 08.40	08.20 – 08.40	08.20 – 08.40	08.20 – 08.40	08.30 – 08.50
Игры, подготовка к занятиям	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	08.40 – 09.00	08.50 – 09.00
Занятия (музыкальные, физкультурные, изобразительные)	09.00 – 09.10 09.20 – 09.30	09.00 – 09.15 09.25 – 09.40	09.00 – 09.20 09.30 – 09.50	09.00 – 09.25 09.35 – 10.00	09.00 – 09.30 09.40 – 10.20
Перерыв между занятиями (игры малой и средней подвижности)	09.10 – 09.20	09.15 – 09.25	09.20 – 09.30	09.25 – 09.35	09.30 – 09.40
Игры, самостоятельная и двигательная деятельности	09.30 – 10.00	09.40 – 10.10	09.50 – 10.20	10.00 – 10.25	-
Второй витаминизированный завтрак	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20	10.20 – 10.30	10.25 – 10.35	10.20 – 10.35
Подготовка к прогулке	10.10 – 10.20	10.20 – 10.30	10.30 – 10.40	10.35 – 10.45	10.35 – 10.45
Прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, двигательная активность) В том числе двигательная активность (игры средней и высокой подвижности) - 30 мин	10.20 – 11.45	10.30 – 12.00	10.40 – 12.10	10.45 – 12.15	10.45 – 12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	11.45 – 12.00	12.00 – 12.15	12.10 – 12.20	12.15 – 12.25	12.20 – 12.30
Чтение художественной литературы	-	12.15 – 12.25	12.20 – 12.30	12.25 – 12.35	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.20	12.25 – 12.45	12.30 – 12.50	12.35 – 12.50	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.30	12.45 – 15.30	12.50 – 15.35	12.50 – 15.25	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, игры В том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА – 10 мин	15.30 – 15.50	15.30 – 15.45	15.35 – 15.45	15.25 – 15.40	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику, усиленный полдник	15.50 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 16.05	15.40 – 16.10	15.45 – 16.15
Подготовка к прогулке	16.00 – 16.10	16.00 – 16.10	16.05 – 16.15	16.10 – 16.20	16.15 – 16.25
Прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки В том числе двигательная активность (игры средней и высокой подвижности) - 30 мин	16.10 – 17.45	16.10 – 17.50	16.15 – 18.05	16.20 – 18.10	16.25 – 18.20
Подготовка к ужину, ужин	17.45 – 18.30	17.50 – 18.30	18.05 – 18.30	18.10 – 18.30	18.20 – 18.30
Подготовка к прогулке	18.30 – 18.40	18.30 – 18.40	18.30 – 18.40	18.30 – 18.40	18.30 – 18.40
Прогулка, игры и труд детей на участке. Уход домой воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00	18.40 – 19.00