

Российская федерация
 Департамент образования комитета по социальной политике и культуре
 Администрации города Иркутска
 Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Иркутска детский сад № 146

г.Иркутск. ул.Лермонтова, 265 «А». тел.: 42-76-13. e-mail: detsad-146@mail.ru

Утверждаю заведующий
 МБДОУ г. Иркутска детского сада № 146
 Т.Г. Складенко

**Режим дня с 12 часовым пребыванием детей
 для детей дошкольного возраста в группах общеразвивающей направленности**

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА			
РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	Возрастные группы		
	МБДОУ г. Иркутска детского сада № 146		
	2 МЛАДШАЯ (3-4 ГОДА)	СРЕДНЯЯ (4-5 ЛЕТ)	РАЗНОВОЗРАСТНАЯ (5-8 ЛЕТ)
Прием детей	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Самостоятельная деятельность Утренняя гимнастика (10 мин., 15 мин.- дети старше 7 лет)	(80 мин.)	(80 мин.)	(80 мин.)
Подготовка к завтраку	8.20-8.30 (10 мин.)	8.20-8.30 (10 мин.)	8.20-8.30 (10 мин.)
ЗАВТРАК	8.30-9.00 (30 мин.)	8.30-9.00 (30 мин.)	8.30-9.00 (30 мин.)
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин., перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.40 (40 мин.)	9.00-9.50 (50 мин.)	9.00-10.00/9.00-10.10 (60/70 мин.)
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-10.25 (45 мин.)	9.50-10.35 (45 мин.)	10.00-10.45/10.10-10.45 (45/35 мин.)
Второй завтрак	10.25-10.35 (10 мин.)	10.35-10.45 (10 мин.)	10.45-10.55 (10 мин.)
Подготовка к прогулке	10.35-10.45 (10 мин)	10.45-11.00 (15 мин)	10.55-11.05 (10 мин.)
ПРОГУЛКА	10.45-12.00 (1ч15 мин)	11.00-12.20 (1ч.20 мин)	11.05-12.25 (1 ч 20 мин)
Подготовка к обеду	12.00-12.05 (5 мин)	12.20-12.30 (10 мин.)	12.25-12.30 (5 мин)
ОБЕД	12.05-12.25 (20 мин)	12.30-12.50 (20 мин)	12.30-12.50 (20 мин)
Подготовка ко сну	12.25-12.30 (5 мин)	12.50-12.55 (5 мин)	12.50-12.55 (5 мин)
СОН	12.30-15.30 (3ч 00 мин)	12.55-15.25 (2ч30 мин)	12.55-15.25 (2ч30 мин)
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.20-15.30 (10 мин)	15.25-15.35 (10 мин)	15.25-15.30 (5 мин)
Занятия по необходимости, игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00 (30 мин)	15.35-16.00 (25 мин)	15.30-16.00 (30 мин)
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	16.00-16.20 (20 мин)	16.00-16.20 (20 мин)	16.00-16.20 (20 мин)
Подготовка к прогулке	16.20-16.35 (15 мин)	16.20-16.35 (15 мин)	16.20-16.35 (15 мин)
ПРОГУЛКА (с учетом погодных условий), самостоятельная деятельность детей	16.35-18.20 (1 ч 45 мин)	16.35-18.20 (1 ч 45 мин)	16.35-18.20 (1 ч 45 мин)
Подготовка к ужину	18.20-18.30 (10 мин)	18.20-18.30 (10 мин)	18.20-18.30 (10 мин)
УЖИН	18.30	18.30	18.30
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Продолжительность прогулки	3 часа	3 часа	3 ч 15 мин
Продолжительность дневного сна	3 часа	2 ч 30 мин	2 ч 30 мин