

И.о.заведующий МБДОУ г. Иркутска детского сада №161
Соловьева Е.В.

Утверждаю
Приказ № 20/19
от «01» августа 2024 г.

РЕЖИМ ДНЯ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА				
РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ МБДОУ г. Иркутска детского сада № 161			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 (8) лет
Прием детей	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Самостоятельная деятельность				
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	08.10-08.20	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.20	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20 – 10.00	9.15 – 10.05	9.15 -10.15	9.00 – 10.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	10.00-10.20	10.05-10.40	10.15-10.45	-
Второй завтрак	10.20-10.40	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-11.00
Прогулка, возвращение с прогулки	10.40 -12.00 (1ч. 20 мин)	10.50-12.20 (1ч.30 мин)	10.55 -12.25 (1ч.30 мин)	11.00-12.30 (1ч 30 мин)
ОБЕД	12.00-12.30	12.20 -12.50	12.25-12.45	12.30-12.50
СОН	12.30-15.30 (3 часа)	12.50-15.20 (2 ч 30 мин)	12.45-15.15 (2 ч 30 мин)	12.50-15.20 (2 ч30 мин)
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	15.30-15.45	15.20-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30
Игры, совместная деятельность, культурные практики, самостоятельная деятельность.	15.45 -15.55	15.30-16.00	15.30-16.05	15.30-16.10
Уплотненный полдник	15.55-16.15	16.00-16.20	16.05-16.25	16.10-16.30
Занятия (при необходимости)			16.25-16.45	
Игры, самостоятельная деятельность.	16.15-16.35	16.20-16.45		16.30-16.45
Прогулка	16.35-18.15 (1 ч. 40 мин.)	16.45-18.15 (1 ч. 30 мин.)	16.45-18.15 (1 ч.30мин.)	16.45-18.15 (1 ч. 30м.)
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30
УЖИН	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Продолжительность прогулки	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Продолжительность дневного сна	3 часа	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.

ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ МБДОУ г. Иркутска детского сада № 161			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей <i>на свежем воздухе</i> Игры, самостоятельная деятельность.	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	08.10-08.20	08.10-08.20	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Прогулка	9.15-10.35 (1ч 20 мин)	9.20-10.40 (1ч 20 мин)	9.25-10.45 (1ч 20 мин)	9.30-10.50 (1ч 20 мин)
Второй завтрак	10.35-10.45	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-11.00
ПРОГУЛКА, возвращение с прогулки, подготовка к обеду	10.45-12.30 (1ч 45 мин)	10.50-12.20 (1ч 30 мин)	10.55-12.25 (1ч 30 мин)	11.00-12.30 (1ч 30 мин)
ОБЕД	12.00-12.30	12.20-12.50	12.25-12.45	12.30-12.50
СОН	12.30-15.30 (3 часа)	12.50-15.20 (2 ч 30 мин)	12.45-15.15 (2 ч 30 мин)	12.50-15.20 (2 ч 30мин)
постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.15-15.30	15.20-15.30	15.15-15.30	15.20-15.30
Игры, совместная деятельность, культурные практики самостоятельная деятельность.	15.30-15.55	15.30-16.00	15.30-16.05	15.30-16.10
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	15.55-16.15	16.00-16.20	16.05-16.25	16.10-16.30
Игры, самостоятельная деятельность	16.15-16.45	16.20-16.45	16.25-16.45	16.30-16.45
ПРОГУЛКА, Игры, самостоятельная деятельность	16.45-18.15 (1 ч. 30 мин.)	16.45-18.15 (1 ч.30мин.)	16.45-18.15 (1 ч. 30мин.)	16.45-18.15 (1ч.30мин.)
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30
УЖИН	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Продолжительность прогулки	4 час. 15 мин.	4 час. 20 мин.	4 час. 20 мин.	4 час. 20 мин.
Продолжительность дневного сна	3 часа	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.	2 ч. 30 мин.

РЕЖИМ ДНЯ С 12-ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ
для детей раннего возраста

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА		
РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ	
	МБДОУ г. Иркутска детского сада № 161	
	От 1,5 до 3х лет	2-3 года
Прием детей, осмотр, игры,	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8.30-9.00	8.30-9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 – 9.40	9.30 – 9.40
	9.50 – 10.00	9.50 – 10.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.00-10.30	10.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.45	10.30-10.45
Подготовка к прогулке, ПРОГУЛКА	10.45-11.45 (1час)	10.45-11.45 (1час)
Подготовка к обеду, ОБЕД	11.45-12.15	11.45-12.15
Подготовка ко сну, СОН	12.15-15.15 (3 часа)	12.15-15.15 (3 часа)
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15-15.30	15.15-15.30
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	15.40-16.00	15.40-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00-16.30	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00-16.10	16.00-16.10
	16.20-16.30	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, ПРОГУЛКА, возвращение с прогулки	16.30-18.30 (2 часа)	16.30-18.30 (2 часа)
Подготовка к ужину УЖИН	18.30-18.40	18.30-18.40
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00
Продолжительность прогулки	3 часа	3 часа
Продолжительность дневного сна	3 часа	3 часа

ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ МБДОУ г. Иркутска детского сада № 161	
	От 1,5 до 3х лет	2-3 года
Прием детей <i>на свежем воздухе</i> , осмотр, игры	7.00-8.30	7.00-8.30
утренняя гимнастика.	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку ЗАВТРАК	8.30-9.00	8.30-9.00
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-11.30 (2 ч. 30 мин) 9.10 - 9.20 9.30 - 9.40	9.30-11.30 (2 часа) 9.40 - 9.50 10.00 - 10.10
Второй завтрак	10.30-10.45	10.30-10.45
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, ОБЕД	11.30-12.15	11.30-12.15
Подготовка ко сну, СОН	12.15-15.15 (3 часа)	12.15-15.15 (3 часа)
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.15-15.30	15.15-15.30
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	15.40-16.00	15.40-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-18.15 (2 ч. 15 мин) 16.20 - 16.30 16.40 - 16.50	16.00-18.15 (2 ч. 15 мин) 16.20 - 16.30 16.40 - 16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.15-18.30	18.15-18.30
УЖИН	18.30-18.40	18.30 -18.40
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00
Продолжительность прогулки	4 час. 30 мин.	4 часа
Продолжительность дневного сна	3 часа	3 часа