

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ г. Иркутска  
 детского сада №167  
 Е.В.Зуева  
 2024 г.



## Режим дня на 2024-2025 учебный год (холодный период года)

Режимные моменты	Возрастные группы					
	Разновозрастная группа для детей с 1-3 лет (№2)	2 младшая группа для детей с 3-4 лет (№4)	средняя группа для детей с 4-5 лет (№5)	Разновозрастная группа для детей с 5-7 лет (№1)	Подготовительная с 6-8 лет (№3)	Разновозрастная группа для детей с тяжелыми нарушениями речи с 5-8 лет (№6)
Прием воспитанников, осмотр. гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	07.00.-08.00.	07.00.-08.10.	07.00-08.20	07.00.-08.00.	07.00.-08.10.	07.00.-08.20.
Утренняя гимнастика	08.00.-08.10.	08.10.-08.20.	08.20.-08.30.	08.00.-08.10.	08.10.-08.20.	08.20.-08.30.
Подготовка к завтраку, беседа, чтение художественной литературы	08.10.-08.30.	08.20.-08.30.	-	08.10.-08.30.	08.20.-08.30.	-
Завтрак	08.30.-08.50	08.30.-08.50.	08.30-08.40	08.30.-08.40.	08.30.-08.40.	08.30.-08.40.
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к НОД	08.50.-09.00.	08.50.-09.00.	08.40-09.00	08.40.-09.00.	08.40.-09.00.	08.40.-08.50.
Непрерывная образовательная деятельность	09.00.-09.30.	09.00.-09.40.	09.00-09.50	09.00.-10.30.	09.00.-10.50.	08.50.-10.40.
Совместная деятельность педагога с детьми	09.30.- 10.30.	09.40.-10.30.	09.50-10.30	-	-	-
Второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30. -10.50.	10.30.-10.50.	10.30-10.50	10.30.-10.50.	10.50.-11.00.	10.40.-10.50.
Прогулка	10.50.-11.50.	10.50.-11.50.	10.50-12.15	10.50.-12.15.	11.00.-12.00.	10.50.-12.20.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.50.-12.10.	11:50.-12:10.	12.15-12.30	12.15.-12.30.	12.00.-12.20.	12.20.-12.30.
Обед, подготовка ко сну	12.10.-12.30.	12.10-12.30	12.30-12.45	12.30.-12.45.	12.20.-12.40.	12.30.-12.45.
Дневной сон	12.30.-15.30.	12.30-15.00	12.45-15.15	12.45.-15.15.	12.40-15.10	12.45-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	15.30.-15.45.	15.00-15.30	15.15-15.30	15.15.-15.30.	15.10.-15.30.	15.15.-15.30.
Уплотненный полдник	15.45.-16.00.	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30.-15.45.	15.30.-15.45.	15.30.-15.45.
Непосредственно образовательная деятельность. Совместная работа педагога с детьми, индивидуальная работа, подготовка к прогулке	16.00.-16.15.	15.45-16.15	15.45-16.15	15.45.-16.15.	15.45.-16.20.	15.45.-16.30.
Прогулка	16.15.-18.15.	16.15-18.15	16.15-18:20	16.15.-18.20.	16.20-18.20.	16.30-18.20.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.15.-18.30.	18.15-18.30	18.20-18.30.	18.20.-18.30.	18.20.-18.30.	18.20.-18.30.
Ужин	18.30.-18.40.	18.30-18.40	18.30-18.45	18.30. -18.40.	18.30.-18.40.	18.30.-18.40.
Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	18.40.-19.00.	18.40.-19.00	18.45.-19.00	18.40.-19.00.	18.40.-19.00.	18.40.-19.00.

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ г. Иркутска  
 детского сада №167  
 Е.В.Зуева  
 2024 г.



### Режим дня в объемах на 2024-2025 учебный год (холодный период года)

Режимные моменты	Возрастные группы					
	Разновозрастная группа для детей с 1-3 лет (№2)	2 младшая группа для детей с 3-4 лет (№5)	Средняя группа для детей с 4-5 лет (№5)	Разновозрастная группа для детей с 5-7 лет (№1)	Подготовительная группа с 6-8 лет (№3)	Разновозрастная группа для детей с тяжелыми нарушениями речи с 5-8 лет (№6)
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность,	60 мин	70 мин	80 мин	60 мин	70 мин	80 мин
Утренняя гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к завтраку, беседа, чтение художественной литературы	20 мин	10 мин	-	20 мин	10 мин	-
Завтрак	20 мин	20 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к НОД	10 мин	10 мин	20 мин	20 мин	20 мин	10 мин
Непрерывная образовательная деятельность	30 мин	40 мин	50 мин	90 мин	110 мин	110 мин
Совместная деятельность педагога с детьми, развивающие и творческие игры, самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору, двигательная активность	60 мин	50 мин	40 мин	-	-	-
Второй завтрак, подготовка к прогулке	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	10 мин	10 мин
Прогулка	60 мин	60 мин	85 мин	85 мин	60 мин	120 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	20 мин	20 мин	15 мин	15 мин	20 мин	10 мин
Обед, подготовка ко сну	20 мин.	20 мин	15 мин	15 мин	20 мин	15 мин
Дневной сон	180 мин	150 мин	150 мин	150 мин	150 мин	150 мин
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие)	15 мин	30 мин	15 мин	15 мин	20 мин	15 мин

мероприятия)						
Уплотненный полдник	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Непосредственно образовательная деятельность. Совместная работа педагога с детьми , индивидуальная работа, подготовка к прогулке	15 мин	30 мин	30 мин	30 мин	35 мин	45 мин
Прогулка	120 мин	120 мин	125 мин	125 мин	120 мин	110 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к ужину	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Ужин	10 мин	10 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	20 мин	20 мин	15 мин	20 мин	20 мин	20 мин

**ИТОГО:**

общее время пребывания в детском саду – 12 часов (720 минут);

Суммарные объемы соответствуют СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Показатель	возраст	норматив
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3 часа/день (180 мин.)
	4-7 лет	2,5 часа/ день (150 мин)
Продолжительность прогулок, не менее	До 7 лет	3 часа/день (180 мин.)
	От 1,5 до 3 лет	10 мин
	От 3 до 4 лет	15 мин
	От 4 до 5 лет	20 мин
	От 5 до 6 лет	25 мин
	От 6 до 7 лет	30 мин
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	Все возраста	10 мин
	От 1,5 до 3 лет	20 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	От 3 до 4 лет	30 мин
	От 4 до 5 лет	40 мин
	От 5 до 6 лет	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна
	От 6 до 7 лет	90 мин
	Все возраста	1 час/день (60 мин)
Суммарный объем двигательной активности, не менее		