



Режим дня
для воспитанников МБДОУ № 169 в холодный период года

Режимные процессы /характер деятельности	Для детей возраста				
	6-7 лет	5-6 лет	4-5 лет	3-4 года	2-3 года
Дома					
Подъем после ночного сна	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00
Утренний туалет, гигиенические процедуры	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15
В дошкольном учреждении					
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	07:00-8.00	07:00-8.00	07:00-8.00	07:00-8.00	07:00-8.00
Утренняя гимнастика	08:00-8.10	08:00-8.10	08:00-8.10	08:00-8.10	08:00-8.10
Совместная деятельность педагога с детьми (в том числе в группах с ТНР: артикуляционная гимнастика и т.д.)	08:10-08:20	08:10-08:20	—	—	—
Гигиенические процедуры, самообслуживание	08:20-08:30	08:20-08:30	8.10-8.30	8.10-8.35	8.10-8.30
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	08:30-08:40	08:30-08:45	08:30-08:50	08:35-09:00	08:30-09:00
Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время)	08:40-08:50	08:45-09:00	08:50-09:00	—	—
Организованная образовательная деятельность	8:50-10:40	09:00-10:10	09:00-10.00	09:00-09:15	09:00-09:30
Занятие № 1 (в том числе логопедические в группах с ТНР)	08:50-09:20	09:00-09:25	09:00-09:20	09:00-09:15	09:00-09:10
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09:20-09:30	09:25-09:35	09:20-09:30	09:15-09:35	09:10-09:20
Занятие № 2	09:30-10.00	09:35-10:00	09:30-09:50	9.35-9.50	9.20-9.30

Режимные процессы /характер деятельности	Для детей возраста				
	6-7 лет	5-6 лет	4-5 лет	3-4 года	2-3 года
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой подвижности	10.00-10.10	10:00-10:10	9.50-10.00	9.50-10.00	9.30-9.40
Совместная деятельность педагога с детьми	-	-	10.00-10.20	10.00-10.20	9.40-10.00
Занятие № 3 (если не предусмотрено во вторую половину дня)	10:10-10:40	-	-	-	-
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10:40-10.50	10:10-10:30	10:20-10.30	10.20-10.30	10.00-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры).	10:50- 12:20	10:30- 12:00	10:30- 12:00	10:30- 12.00	10.20-11.40
в том числе игры средней и высокой подвижности	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12:20-12:30	12:00-12:10	12:00-12:10	12.00-12.10	11:40- 11:50
Прием пищи № 3 (обед) Подготовка ко сну.	12:20- 12.40	12:10-12:30	12:10-12:30	12:10-12:30	11:50- 12:20
Дневной сон	12.40-15.10	12:30-15:00	12:30-15:00	12:30-15:00	12:20-15:20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15:10-15:30	15:00-15:30	15:00-15:30	15:00-15:30	15:20-15:30
в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (уплотненный полдник)	15:30-15:45	15:30-15:50	15:30-15:55	15:30-16:00	15:30-16:00
Совместная деятельность педагога с детьми	15.45-16.00	15.50-16.00	-	-	-
Организованная образовательная деятельность	16:00-16:30	16.00-16.25	Не предусмотрено	Не предусмотрено	Не предусмотрено

Режимные процессы /характер деятельности	Для детей возраста				
	6-7 лет	5-6 лет	4-5 лет	3-4 года	2-3 года
Занятие № 3 (если не предусмотрено в первую половину дня)	-	16.00-16.25	-	-	-
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время)	16:30-16:40	16:25-16:40	-	-	-
Совместная деятельность педагога с детьми	16:40-16.50	16:40-16:50	15.55-16:20	16:00-16:30	16:00-16:20
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	16.50-18.20	16.50-18.20	16.20-18.20	16.30-18.10	16.20-18.00
в том числе, игры средней и высокой подвижности	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 5 (ужин) -	18.20-18.35	18.20-18.35	18.20-18.35	18.10-18.30	18.00-18.20
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	До 19:00	До 19:00	До 19:00	До 19:00	До 19:00