

**Режим дня для возрастных групп МБДОУ г.Иркутска детского сада № 176, 2024-2025 уч. год**

| Длительность пребывания детей в группе: 12 часов<br>Сезон года: холодный (сентябрь-май)                             | 1-я младшая<br>(2-3 года)        | 2-я младшая<br>(3-4 года)    | Средняя<br>(4-5 года)      | Старшая<br>(5-6 года)      | Подгот-я<br>(6-7 года)                       |
|---|----------------------------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------|--|
| <b>Режимные моменты</b>   | <i>Время</i>                     | <i>Время</i>                 | <i>Время</i>               | <i>Время</i>               | <i>Время</i>                                 |
| <b>Утренний прием</b> (осмотр детей, термометрия; самостоятельная деятельность). Музыкально ритмическая гимнастика: | 7.00 – 8.30                      | 7.00 – 8.30                  | 7.00 – 8.30                | 7.00 – 8.30                | 7.00 – 8.30                                  |
|   | 08.00 - 08.10                    | 08.05 - 08.15                | 08.10 - 08.20              | 08.00 - 08.10              | 08.10 - 08.20                                |
| <b>ЗАВТРАК</b> подготовка к приему пищи, завтрак  | 8.30 – 9.10                      | 8.30 – 9.10                  | 8.30 – 9.00                | 8.35 – 9.00                | 8.30 – 8.50                                  |
| Игры, подготовка к занятиям   | 9.10 - 9.20                      | -                            | -                          | -                          | -  |
| <b>ЗАНЯТИЯ</b> (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)  | 9.20 – 9.30 -9.40*<br>9.50-10.00 | 9.10 – 9.25 *<br>9.40 – 9.55 | 9.00 – 9.20<br>9.35 – 9.55 | 9.00 – 9.25<br>9.35 – 9.50 | 8.55 – 9.25<br>9.35 – 10.05<br>10.30.- 11.00 |
| Самостоятельная деятельность по выбору и интересам, игры, индивидуальное общение педагогов с детьми                 | 10.00 – 10.30                    | 9.55 – 10.30                 | 9.55 – 10.30               | 9.50 – 10.20               | -  |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>   | 10.30 - 10.45                    | 10.30 - 10.45                | 10.30- 10.45               | 10.20 - 10.45              | 10.15-10.30                                  |
| <b>ПРОГУЛКА</b> , подготовка к прогулке, возвращение с прогулки   | 10.45 - 12.00                    | 10.45 - 12.00                | 10.45 - 12.00              | 10.45 - 12.00              | 11.00-12.00                                  |
| Подготовка к обеду. <b>ОБЕД</b>   | 12.00– 12.30                     | 12.00– 12.30                 | 12.00– 12.30               | 12.00– 12.30               | 12.00– 12.30                                 |
| Подготовка ко сну. <b>СОН</b>   | 12.30 - 15.30                    | 12.30 - 15.00                | 12.30 - 15.00              | 12.30 - 15.00              | 12.30 - 15.00                                |
| Постепенный подъем; закаливающие процедуры  | 15.30– 15.40                     | 15.00 – 15.15                | 15.00 – 15.15              | 15.00 – 15.15              | 15.00–15.15                                  |
| Игры; Самостоятельная деятельность детей  | -                                | 15.15–15.30                  | 15.15–15.30                | 15.15–15.30                | 15.15–15.35                                  |
| <b>ПОЛДНИК</b> , уплотненный с включением блюд ужина  | 15.40 – 16.10                    | 15.30 – 16.00                | 15.35 – 16.05              | 15.30 – 16.00              | 15.35 – 16.00                                |
| <b>ЗАНЯТИЯ</b> (при необходимости)  | -                                | -                            | -                          | 16.00 -16.25               | -  |
| Игры; Самостоятельная деятельность детей  | -                                | 16.00 -16.15                 | 16.00 -16.20               | -                          | 16.00-16.15                                  |
| <b>ПРОГУЛКА</b> , подготовка к прогулке возвращение с прогулки  | 16.10 – 18.00                    | 16.15-18.15                  | 16.25-18.10                | 16.25-18.10                | 16.15 - 18.15                                |
| Игры; Самостоятельная деятельность детей  | 18.00 - 18.15                    |                              |                            |                            |  |
| <b>УЖИН</b>   | 18.15 – 18.40                    | 18.15 - 18.40                | 18.15 - 18.40              | 18.15 - 18.40              | 18.15 - 18.40                                |
| Самостоятельная деятельность Уход детей домой   | 18.40 - 19.00                    | 18.40 - 19.00                | 18.40 - 19.00              | 18.40 - 19.00              | 18.40 - 19.00                                |