

Утвержден заведующим МБДОУ г. Иркутска
детского сада № 20 О.А. Большой
Приказ № 23 от 31.08.2023 г.



Распорядок дня (холодный период года)

Подготовительная к школе группа № 3 (6-8 лет)

Режимные моменты	Время
Утренний прием, свободная игра, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей.	7.00-8.20
Утренняя гимнастика.	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Утренний круг.	9.00-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	9.10-9.40 (1) 9.40-10.10 (2) 10.20-10.50
Второй завтрак.	10.30-10.40
Прогулка (наблюдения, игры, экспериментирование, общение по интересам), самостоятельная деятельность детей на прогулке, двигательная деятельность.	10.40-12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00-12.40
Подготовка ко сну, закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном, чтение художественной литературы.	12.40-13.00
Дневной сон.	13.00-15.30
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, закаливающие, гигиенические процедуры.	15.30-15.40
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40-16.10
Занятия (при необходимости), кружки, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, общение по интересам и выбору детей.	16.10-16.40
Прогулка (наблюдения, игры, экспериментирование, общение по интересам), самостоятельная деятельность детей на прогулке, двигательная деятельность.	16.40-18.20
Вечерний круг.	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00
Игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, общение по интересам и выбору детей. Уход домой.	До 19.00