УТВЕРЖДАЮ.
Заведующий МБДОУ г. Иркутска
детского сада № 36: _____
Шевченко Е.Ф.

# РЕЖИМ
## пребывания детей в ДОУ 2024-2025 учебный год

## (Холодный период года)

| | 8м -1,5 (2) года | 2 – 3 года | 3 – 4 года | 4 – 5 лет | 5 – 6 лет | 6 – 7 лет |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.00 – 8.15 | 7.00 – 8.15 | 7.00 – 8.20 | 7.00 – 8.20 | 7.00 – 8.20 | 7.00 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку | 8.15 – 8.25 | 8.15 – 8.25 | 8.20 – 8.30 | 8.20 – 8.30 | 8.20 – 8.30 | 8.20 – 8.30 |
| **Завтрак** | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.50 – 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 – 9.10 | 8.50 – 9.10 | 8.50 - 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Занятия (включая физминутку – 2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут) | 9.00 -9.30 | 9.00 – 9.30 | 9.10 – 9.50 | 9.10 -10.00 | 9.00 –10.00 | 9.00 -10.50 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 9.30 -10.30 | 9.30 -10.30 | 9.50 – 10.30 | 10.00 -10.30 | 10.00 -10.30 | |
| **Второй завтрак** | 10.30– 10.45 | 10.30 –10.45 | 10.30 – 10.45 | 10.30 –10.45 | 10.30 –10.45 | 10.50 –11.00 |
| Подготовка к прогулке | 10.45-10.55 | 10.45-10.55 | 10.45-10.55 | 10.45- 10.55 | 10.45 –10.55 | 11.00 -11.05 |
| Прогулка. Самостоятельная деятельность на прогулке (игры, наблюдения, труд) | 10.55 -11.55 | 10.55 -11.55 | 10.55- 12.05 | 10.55 –12.15 | 10.55 -12.25 | 11.05 -12.30 |
| Возвращение с прогулки. | 11.55 –12.00 | 11.55 –12.00 | 12.05 -12.10 | 12.15 -12.20 | 12.25 –12.30 | 12.30 -12.35 |
| Подготовка к обеду | 12.00 –12.05 | 12.00 –12.05 | 12.10 – 12.20 | 12.20 -12.30 | 12.30-12.35 | 12.35- 12.40 |
| **Обед** | 12.05 -12.25 | 12.05 -12.25 | 12.20 -12.50 | 12.30 -12.50 | 12.35-12.50 | 12.40 -12.55 |
| Подготовка ко сну | 12.25 –12.30 | 12.25 –12.30 | 12.50 –13.00 | 12.50 –13.00 | 12.50 –13.00 | 12.55 –13.00 |
| Дневной сон | 12.30 -15.30 | 12.30 -15.30 | 13.00 -15.30 | 13.00 -15.30 | 13.00 -15.30 | 13.00 -15.30 |
| Постепенный подъём, оздоровительные, гигиенические процедуры | 15.30 -15.45 | 15.30 -15.45 | 15.30 -15.45 | 15.30 -15.45 | 15.30 -15.45 | 15.30 -15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.45-15.55 | 15.45-15.55 | 15.45-15.55 | 15.45-15.55 | 15.45-15.55 | 15.45-15.55 |
| Подготовка к уплотнённому полднику | 15.55-16.00 | 15.55-16.00 | 15.55-16.00 | 15.55-16.00 | 15.55-16.00 | 15.55-16.00 |
| **Уплотнённый полдник** | 16.00 -16.15 | 16.00 -16.15 | 16.00 -16.15 | 16.00 -16.15 | 16.00 -16.15 | 16.00 -16.15 |
| Подготовка к занятиям | - | - | - | 16.15- 16.20 | 16.15- 16.20 | 16.15- 16.20 |
| Занятия (при необходимости) | - | - | - | 16.20 -16.40 | 16.20 -16.45 | 16.20 –16.50 |
| Подготовка к прогулке | 16.15 -16.25 | 16.15 -16.25 | 16.15 -16.25 | 16.40 –16.45 | 16.45 –16.55 | 16.50 –16.55 |
| Прогулка Самостоятельная деятельность на прогулке (игры, наблюдения, труд) | 16.25-18.25 | 16.25-18.25 | 16.25-18.25 | 16.45 –18.25 | 16.55 -18.25 | 16.55 -18.30 |
| Возвращение с прогулки | 18.25 | 18.25 | 18.25 | 18.25 | 18.25 | 18.30 |
| Подготовка к ужину | 18.25 -18.30 | 18.25 -18.30 | 18.25 -18.30 | 18.20 -18.30 | 18.25 -18.30 | 18.30 -18.35 |
| **Ужин** | 18.30 | 18.30 | 18.30 | 18.30 | 18.30 | 18.35 |
| Самостоятельная деятельность. Уход домой | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 |