

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ г. Иркутска

детский сад № 44 *Александровский* С.В. Дозорова

Распорядок дня на 2024 – 2025 учебный год

Режимные моменты	Разновозрастная группа 1 - 3 года	1 младшая группа 2 - 3 года
Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)	7 ⁰⁰ - 8 ³⁰	7 ⁰⁰ - 8 ³⁰
Завтрак	8 ³⁰ -9 ⁰⁰	8 ³⁰ -9 ⁰⁰
Игры, занятия, занятия со специалистами, самостоятельная деятельность детей.	9 ⁰⁰ -10 ³⁰	9 ⁰⁰ -10 ³⁰
Второй завтрак	10 ³⁰ -10 ⁴⁰	10 ³⁰ -10 ⁴⁰
Подготовка к прогулке, прогулка , возвращение с прогулки, свободная игра	10 ⁴⁰ -12 ¹⁵	10 ⁴⁰ -12 ¹⁵
Обед	12 ⁰⁰ -12 ³⁰	12 ¹⁵ -12 ⁴⁵
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон Постепенный подъем. Профилактические физкультурно – оздоровительные процедуры	12 ³⁰ -15 ⁴⁰	12 ⁴⁵ -15 ³⁰
Полдник	15 ⁴⁰ -16 ⁰⁰	15 ³⁰ -15 ⁴⁵
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами.	16 ⁰⁰ -16 ⁵⁰	15 ⁴⁵ -16 ⁵⁰
Подготовка к прогулке, прогулка , возвращение с прогулки	16 ⁵⁰ -18 ³⁰	16 ⁵⁰ -18 ³⁰
Ужин	18 ³⁰ -18 ⁴⁵	18 ³⁰ -18 ⁴⁵
Самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	18 ⁴⁵ -19 ⁰⁰	18 ⁴⁵ -19 ⁰⁰
Продолжительность зарядки	10 мин.	10 мин.
Продолжительность занятий / продолжительность дневной суммарной нагрузки (не более)	10 мин./ 20 мин.	10 мин./ 20 мин.
Продолжительность дневного сна (не менее)	3 часа	3 часа
Продолжительность прогулок (не менее) * при t⁰ - 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращают	3 часа в день	3 часа в день