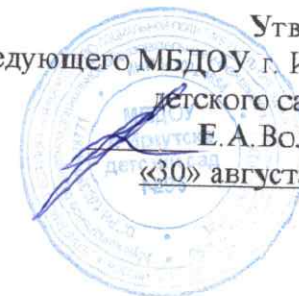


Утверждаю:  
 И.о.заведующего МБДОУ г. Иркутска  
 детского сада № 95  
 Е. А. Волынкина  
 «30» августа 2023 г.



### РЕЖИМ ДНЯ (Холодный период)

Деятельность	3-4	4-5	5-6	6-7
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.40
Игры, подготовка к НОД	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b> (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.00	9.00-10.05	9.00-10.15	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-12.00	10.05-12.00	10.15-12.00	10.50-12.00
<b>Второй завтрак</b>	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
<b>Уплотненный полдник</b>	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b> (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	-	-	16.00-16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00	16.00-17.00	16.25-17.45	16.00-17.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00-18.30	17.00-18.30	17.45-18.30	17.40-18.30
<b>Ужин</b>	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход детей домой	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00