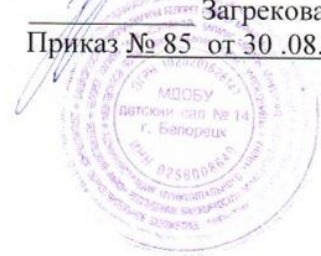


Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
детский сад № 14 «Ладушки» г.Белорецк муниципального района
Белорецкий район Республики Башкортостан

Согласовано
Педагогическим советом
МДОБУ детский сад № 14
г. Белорецк
№ 5 от 30.08.2024 г.

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
детский сад № 14 г. Белорецк
Загребкова Г.Б.
Приказ № 85 от 30.08.2024г



РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период года
в МДОБУ детский сад № 14 г. Белорецк
на 2024-2025 уч. г.

**Режим дня на холодный период года.
(для детей 2-3 лет)**

<i>Вид деятельности</i>	<i>время</i>
Приём, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.10-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.35
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.10-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	10.10-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.00
Постепенный подъём, водные и закаливающие процедуры, игры	15.00-15.30
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.30-15.50
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность (по подгруппам)	15.50-16.20
Прогулка, уход детей домой	16.20-17.30

Режим дня на холодный период года. (для детей 3-4лет)

<i>Вид деятельности</i>	<i>время</i>
Приём, свободные игры	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.35
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв 10 мин.)	9.00-9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.40-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	10.10-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъём, водные процедуры	15.00-15.25
Уплотнённый полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 – 17.30

Режим дня на холодный период года. (для детей 4-5 лет)

<i>Вид деятельности</i>	<i>время</i>
Приём, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.35
Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность	8.35-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв 10 мин.)	9.00-9.50
Самостоятельная игровая деятельность	9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	10.10-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъём, водные и закаливающие процедуры	15.00-15.30
Уплотнённый полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей, кружки	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.30

**Режим дня на холодный период года.
(для детей 5-6 лет)**

<i>Вид деятельности</i>	<i>время</i>
Приём, игры, самостоятельная деятельность детей	7.30-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Утренний круг. Свободные игры	8.15-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв 10 мин.)	9.00-10.00
Самостоятельная деятельность детей	10.00-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение, самостоятельная деятельность	10.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.00
Подъём, водные и закаливающие процедуры	15.00-15.15
Самостоятельная и организованная образовательная деятельность, кружки, подготовка к полднику	15.15-15.50
Уплотнённый полдник	15.50-16.05
Игровая и самостоятельная деятельность	16.05-16.30
Прогулка, уход детей домой	16.30-18.00

**Режим дня на холодный период года.
(для детей 6-7 лет)**

<i>Вид деятельности</i>	<i>время</i>
Приём, игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Утренний круг. Свободные игры	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерывы по 10 мин.)	9.00-10.50
Второй завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение, самостоятельная деятельность	11.00-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.00
Постепенный подъём, водные и закаливающие процедуры	15.00-15.15
Самостоятельная и организованная детская деятельность, кружки, подготовка к полднику	15.15-15.50
Уплотнённый полдник	15.50-16.05
Дополнительные занятия, досуги, свободные игры	16.05-16.40
Прогулка, уход детей домой	16.40-17.30

(структурное подразделение 1)*ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (1,5-2 ГОДА)*

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.15
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.05-08.10
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.15-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие (по подгруппам).	09.00-09.08 09.10-09.18
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	09.20-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.00-10.20
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.20-11.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.30-12.00
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.00-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.00-15.20
Образовательная нагрузка	Занятия.	15.20.-15.28 15.40-15.48
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

Первая младшая группа (2-3 года)

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.15
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.05-08.10
Утренний круг	Развивающее общение (диалог) – «Планирование дня»	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.30-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие	09.00-09.10
Перерыв	Физкультурные минутки.	09.10-09.25
Образовательная нагрузка	Занятия.	09.25-09.35
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	09.35-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.00-10.20
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.20-11.40
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.50-12.10
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.10-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.15-15.25
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	15.25-16.10
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

Вторая младшая группа (3-4 года)

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.00-08.10
Утренний круг	Развивающее общение (диалог) – «Планирование дня»	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.25-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие.	09.00-09.15
Перерыв	Физкультурные минутки.	09.15-09.25
Образовательная нагрузка	Занятия.	09.25-09.40
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	09.40-10.05
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.05-10.25
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.25-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.30-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	15.50-16.10
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

Средняя группа (4-5 лет)

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.10
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.10-08.20
Утренний круг	Развивающее общение (диалог) – «Планирование дня»	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.30-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие.	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки.	09.20-09.30
Образовательная нагрузка	Занятия.	09.30-09.50
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	09.50-10.10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.10-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.30-12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.20-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.50-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.00

Старшая группа (5-6 лет)

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.20-08.30
Утренний круг	Развивающее общение (диалог) – «Планирование дня»	08.30-08.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.40-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие.	09.00-09.25
Перерыв	Физкультурные минутки.	09.25-09.35
Образовательная нагрузка	Занятия.	09.35-10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	10.00-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.30-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.50-12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.20-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.50-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	15.50-16.15
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.15-18.00

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

РЕЖИМНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ		ВРЕМЯ
НАИМЕНОВАНИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей.	7.30-08.00
Утренний круг	Развивающее общение (диалог) – «Планирование дня»	08.20-08.30
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.30-08.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.40-09.00
Образовательные мероприятия	Занятие.	09.00-09.30
Перерыв	Физкультурные минутки.	09.30-09.40
Образовательная нагрузка	Занятия.	09.40-10.10
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	10.10-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.30-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.50-12.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.30-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	13.00-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.00

Структурное подразделение № 2
Режим дня группы раннего возраста (1,6-2года)
на холодный период 2023-2024 уч год

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.30-08.05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.05-08.10
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.15-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.10 (1подгр) 09.10-09.20 (2 подгр)
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20-09.30
Образовательная нагрузка	Занятие	09.30-09.40
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.40-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.20
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.20-11.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.30-12.00
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати;	12.00-15.00

	Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.00-15.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

***Режим дня группы раннего возраста (1г 6м -3 года)
на холодный период 2024-2025 уч год***

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.30-08.05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.05-08.10
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.15-8.45
Утренний круг (подготовка к занятиям)	Развивающее общение (диалог)- «Планирование дня»	08.45-9.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.10 (1подгр) 09.10-09.20 (2 подгр)
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20-09.30
Образовательная нагрузка	Занятие	09.30-09.40
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.40-10.00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.00-10.20

Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.20-11.40
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	11.50-12.10
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.10-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.25-15.35
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

***Режим дня младшей группы (3-4 года)
на холодный период 2024-20245уч год***

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.30-08.05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.05-08.15
Утренний круг	Развивающее общение (диалог)- «Планирование дня»	08.15-8.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.25-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.15
Перерыв	Физкультурные минутки	09.15-09.25
Образовательная	Занятие	09.25-09.40

нагрузка		
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.40-10.05
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.05-10.25
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.25-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.30-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	15.50-16.10
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.10-18.00

Режим дня средней группы (4-5 лет)

на холодный период 2024-2025 уч год

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.30-08.05
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.10-08.20

Утренний круг	Развивающее общение (диалог)- «Планирование дня»	08.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.20
Перерыв	Физкультурные минутки	09.20-09.30
Образовательная нагрузка	Занятие	09.30-09.50
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09.50-10.10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.10-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.30-12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.15-12.45
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.50-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-15.55
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание;	16.20-18.00

	Прогулка	
--	----------	--

Режим дня старшей группы (5-6 лет)

на холодный период 2024-2025 уч год

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.30-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30
Утренний круг	Развивающее общение (диалог)- «Планирование дня»	08.30-8.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08:40-09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00-09.25
Перерыв	Физкультурные минутки	09.25-09.35
Образовательная нагрузка	Занятие	09.35-10.00
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	10.00-10.20
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.20-10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка; Возвращение с прогулки: переодевание	10.50-12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.20-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати;	12.50-15.00

	Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	15.50-16.15
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры	16.15-18.00

Режим дня подготовительной группы (6-7 лет)

на холодный период 2024-2025 уч год

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.30-08.30
Утренний круг	Развивающее общение (диалог)- «Планирование дня»	08.20-8.30
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.30-08.40
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.40-9.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00-09.30
Перерыв	Физкультурные минутки	09.30-09.40
Образовательная нагрузка	Занятие	09.40-10.10
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	10.10-10.20
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после	10.20-10.45

	приема пищи	
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.50-12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.25-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	13.00-15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг	16.00-16.20
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.20-18.00

