

Режим дня на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Режим работы – 10,5 часов

Группы комбинированной направленности

Режимные моменты		Старшая группа (5 - 6 лет)	Подготовительная к школе группа (6 - 7 лет)
ДОМА: Подъем, утренний туалет		6.00 – 7.00	6.00 – 7.00
В ДОУ: Приём, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность		6.30 – 8.00	6.30 – 8.20
Утренняя гимнастика		8.05 – 8.15	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, 1-ый завтрак		8.15 – 8.35	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей, индивидуальные занятия, индивидуальная работа по заданию логопеда, психолога, подготовка к ООД		8.35 – 9.15	8.50 – 9.05
Организованная образовательная деятельность (ООД)	Первое занятие	9.15 – 9.40	9.05 – 9.35
	Перерыв	9.40 – 9.50	9.35 – 9.45
	Второе занятие	9.50 – 10.15	9.45 – 10.15
	Перерыв	-----	10.15 – 10.25
	Третье занятие	-----	10.25 – 10.55
Подготовка к завтраку, 2-ой завтрак		9.40 – 9.50	10.15 – 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, сюжетно-ролевая игра, самостоятельная деятельность, подвижные игры)		10.15 – 11.45 (1 час. 30 мин.)	10.55 – 12.15 (1 час. 20 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры		11.45 – 12.05	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду, обед		12.05 – 12.30	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон		12.30 – 15.00 (2 час. 30 мин.)	12.50 – 15.20 (2 час. 30 мин.)
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика		15.00 – 15.10	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник		15.10 – 15.20	15.30 – 15.40
Организованная образовательная деятельность (ООД)	Занятие	15.20 – 15.45	-----
Самостоятельная деятельность детей, индивидуальные занятия, индивидуальная работа по заданию логопеда, психолога		15.20 – 15.45	15.40 – 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход домой		15.45 – 17.00 (1 час. 15 мин.)	16.10 – 17.00 (50 мин.)
ДОМА: Прогулка		17.00 – 18.00	17.00 – 18.00
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность		18.00 – 18.40	18.00 – 18.40
Подготовка к ужину, ужин		18.40 – 19.00	18.40 – 19.00
Спокойные игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры		19.00 – 20.00	19.00 – 20.00
Подготовка ко сну, ночной сон		20.00 – 7.00	20.00 – 7.00