

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад № 94"  
 Кривдина Г.В.  
 Приказ от 02.09.2024 № 145



**Режим дня в холодный период года**

| Режимные моменты  | I мл. группа | II младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подгот. к школе группа | Разновозрастная группа |                          |
|---|--------------|-------------------|----------------|----------------|------------------------|------------------------|--------------------------|
|   |              |                   |                |                |                        | Младший возраст        | Старший возраст          |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 6.00-8.10    | 6.00-8.20         | 6.00-8.20      | 6.00-8.30      | 6.00-8.30              | 6.00-8.20              | 6.00-8.20                |
| Завтрак   | 8.10-8.40    | 8.20-8.50         | 8.20-8.50      | 8.30-8.50      | 8.30-8.50              | 8.20-8.50              | 8.20-8.50                |
| Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к занятиям                     | 8.40-9.00    | 8.50-9.00         | 8.50-9.00      | 8.50-9.00      | 8.50-9.00              | 8.50-9.00              | 8.50-9.00                |
| Занятия   | 9.00-9.30    | 9.00-9.40         | 9.00-9.50      | 9.00-10.00     | 9.00-10.50             | 11.15-11.55            | 9.00-9.25<br>11.45-12.10 |
| Второй завтрак  | 9.30-9.40    | 9.15-9.25         | 9.20-9.30      | 9.25-9.35      | 10.10-10.20            | 11.05-11.15            | 9.25-9.35                |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                       | 9.40-11.30   | 9.40-12.00        | 9.50-12.00     | 10.00-12.10    | 10.50-12.10            | 9.00-11.05             | 9.35-11.45               |
| Обед  | 11.30-12.00  | 12.00-12.30       | 12.00-12.30    | 12.10-12.30    | 12.10-12.30            | 12.00-12.30            | 12.10-12.30              |
| Подготовка ко сну, сон  | 12.00-15.00  | 12.30-15.00       | 12.30-15.00    | 12.30-15.00    | 12.30-15.00            | 12.30-15.00            | 12.30-15.00              |
| Постепенный подъем, гигиенические процедуры                                   | 15.00-15.20  | 15.00-15.20       | 15.00-15.20    | 15.00-15.15    | 15.00-15.15            | 15.00-15.20            | 15.00-15.15              |
| Полдник   | 15.20-15.45  | 15.20-15.45       | 15.20-15.45    | 15.15-15.35    | 15.15-15.35            | 15.20-15.45            | 15.15-15.35              |
| Совместная деятельность педагога с детьми/занятия                             | 15.45-16.00  | 15.45-16.00       | 15.45-16.05    | 15.35-16.00    | 15.35-16.00            | 15.45-16.00            | 15.35-16.00              |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                      | 16.00-16.40  | 16.00-16.40       | 16.05-16.40    | 16.00-16.40    | 16.00-16.20            | 16.00-16.40            | 16.00-16.40              |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                                   | 16.40-18.00  | 16.40-18.00       | 16.40-18.00    | 16.40-18.00    | 16.20-18.00            | 16.40-18.00            | 16.40-18.00              |
| <b>Общая длительность:</b>  |              |                   |                |                |                        |                        |                          |
| Дневной сон   | 3 часа       | 2ч 30 мин.        | 2ч.30 мин.     | 2 ч 30 мин     | 2 ч 30 мин             | 2ч.30 мин.             | 2ч.30мин.                |
| Прогулка  | 3ч. 10 мин   | 3ч. 40 мин.       | 3ч. 30 мин.    | 3ч. 30 мин     | 3ч. 00 мин             | 3ч. 25 мин.            | 3ч. 30 мин.              |
| Образовательная деятельность  | 20 мин.      | 30 мин.           | 40 мин.        | 1ч. 15мин.     | 1ч. 30мин.             | 30 мин.                | 1 ч.30 мин               |