

Организация режима пребывания детей ЧДОУ №389 в холодный период года 2025 – 2026 уч.г.г.

Содержание деятельности	группы				
	І мл.гр.№1 2-3 года	ІІ мл.г № 4,8 3-4 года	Сред.гр.№ 2,11 4-5 лет	Стар.гр.№ 6,10 5-6 лет	Подг.гр. 5,7 6-7 лет
<u>Дома:</u> Подъём, гигиенические процедуры	До 06.00				
<u>В дошкольном учреждении:</u> Утренний приём, осмотр детей, термометрия, игры	6.15-7.50	6.15-8.00	6.15-7.35	6.15-7.45	6.15-8.15
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	8.00-8.10	7.35-7.45	7.55-8.05	8.15-8.25
Игры.Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.00-8.30	8.10-8.30	7.45-8.25	8.05- 8.30	8.25.-8.35
ЗАВТРАК	8.30-8.50	8.30-8.50	8.25-9.8.50	8.30 -8.50	8.35-8.50
Образовательная нагрузка (ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ)	8.50-9.00 9.10-9.20	8.50-9.05 9.15-9.30	С 8.50 до 10.00 нагрузка 40 минут перерыв 10 минут	С 8.50 до 10.40 Нагрузка 50 минут перерыв по 10 минут	С 8.50 до 11.00 нагрузка до 90 минут перерыв по 10 минут
Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак	9.25 -9.50	9.35-10.00	10.20-10.30	10.30-10.40	10.30-10.40
Двигательная деятельность, подвижные, спортивные игры, развлечения, соревнования ,индивид.работа			9.50-10.20	10.00-10.30	10.40-11.00
Подготовка к прогулке, дневная прогулка	9.50-11.20 1 ч.30 мин.	10.00-11.30 1 ч. 30 мин.	10.30-12.00 1 ч. 30 мин.	10.40-12.10 1 ч.30 мин.	11.00-12.25 1 ч.25 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20-12.00	11.30-12.00	12.00-12.20	12.10-12.35	12.25-12.40
Обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.20-13.00	12.35-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.30 3 ч.	12.30-15.30 3 ч.	13.00-15.30 2 ч.30 мин.	13.00-15.30 2 ч.30 мин.	13.00-15.30 2 ч.30 мин.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры Подготовка к полднику, полдник,	15.30-16.00	15.30-15.50	15.30-15.55	15.30-15.55	15.30-15.55
Образовательная нагрузка (ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ)	В СООТВЕТСТВИИ С РАСПИСАНИЕМ И СОБЛЮДЕНИЕМ УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ ДЛЯ КАЖДОЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ				
	10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	35 минут
Самостоятельная деятельность детей, игры.	16.10-16.40	15.50-16.40	15.55-16.40	16.20-16.45	16.35-16.45
Подготовка к вечерней прогулке, прогулка	16.40-18.15 1 ч. 35 мин	16.40-18.15 1 ч. 35 мин	16.40-18.15 1 ч. 35 мин	16.45-18.15 1 ч. 35 мин	16.45-18.15 1 ч. 35 мин
<u>Дома:</u> Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

Прогулка дома	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, легкий ужин, гигиенические процедуры	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.40	20.00-20.50
Подготовка ко сну, сон	20.30	20.30	20.30	20.40	20.50
Совместная деятельность с воспитателем	20 мин. в день	30 мин. в день	40 мин в день	75 мин (50 мин.- день, 25 мин.- вечер)	90 мин. в день
Сон	3 ч	3 ч.	2 ч 50 мин	2 ч. 30 мин.	2 ч 30 мин.
Прогулка в дошкольном учреждении	3 ч 05 мин	3 ч 05 мин	3 ч 05 мин	3 ч 05 мин.	3 ч
Прогулка дома	1 ч	1 ч	1 ч	1 ч	1 ч