

**Сводный режим дня на холодный период
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 379»
на 2024-2025 уч. г.**

Режимный момент, содержание деятельности	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Прием, осмотр детей, самостоятельные игры, утренняя гимнастика	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-8.30	06.30-08.30	06.30-08.30	06.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.00-08.30	08.10-08.40	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	08.30-08.50	08.40-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	09.00-09.20 (по подгруппам)	09.00-09.20 (по подгруппам)	09.00-09.50	09.00-10.00	09.00-10.20	09.00-09.30 09.40- 10.10 10.25- 10.55
Второй завтрак	09.20-09.30	09.35-09.45	09.50-10.00	10.15-10.25	10.20-10.30	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	09.30-11.25	09.40-11.30	10.00-11.35	10.25-12.00	10.30-12.10	10.50-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.25-11.55	11.30-11.55	11.35-11.55	12.00-12.25	12.10-12.30	12.20-12.35
Подготовка ко сну	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	12.25-12.30	12.30-12.35	12.35-12.40
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00	12.30-15.00	12.35-15.05	12.40-15.10
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, гимнастика после сна	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.10	15.00-15.10	15.05-15.15	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45	15.20-15.45	15.10-15.30	15.10-15.30	15.15-15.35	15.20-15.40
Организованная детская деятельность, самостоятельная деятельность	15.45-15.55 16.05-16.15 (по подгруппам)	15.45-15.55 16.05-16.15 (по подгруппам)	15.30-16.30	15.30-16.30	15.35-16.30	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	16.15-18.30	16.15-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.40-18.30
Образовательная нагрузка	20 минут	20 минут	30 минут	40 минут	75 минут	1 час 30 минут
Прогулка	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Сон	3 часа	3 часа	3 часа	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут

