Утверждаю
заведующий МБДОУ
«Детский сад № 110 «Жемчужинка»
_____ И.А. Клок
приказ от «01» сентября 2022 г. №100-ОД

Клок Ирина Александровна
Подписано цифровой подписью: Клок Ирина Александровна
Дата: 2022.09.02 09:54:06 +07'00'

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №110 «ЖЕМЧУЖИНКА»
на 2022-2023 учебный год

Режимный процесс	*I младшая группа (1,5-3 года)*	*II младшая группа (3-4 года)*	*Средняя группа (4-5 лет)*	*Старшая группа (5-6 лет)*	*Подготовительная к школе группа*
Прием детей, утренний фильтр, индивидуальные и подгрупповые игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10	7.00 - 8.15	7.00 - 8.10	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.15 - 8.25	8.10 - 8.20	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.45	8.20 - 8.45	8.25 - 8.45	8.20 - 8.40	8.30 - 8.50
Самостоятельная игровая деятельность	8.45 - 9.00	8.45 - 9.00	8.45 - 9.00	8.40 - 9.00	8.50 - 9.00
Образовательная нагрузка с перерывами между занятиями	Непрерывная образовательная деятельность организуется в соответствии с расписанием				
перерыв между занятиями (с двигательными упражнениями)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	20 мин.
Игровая деятельность, двигательная активность	до 10.35	до 10.35	до 10.40	до 10.45	до 10.50
	Начало видов деятельности зависит от времени окончания непрерывной образовательной деятельности				
Второй завтрак	10.35-10.45	10.35-10.45	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность:	10.45-11.50	10.45-11.50	10.50-11.55	10.55-11.55	11.00-12.00
в том числе подвижные игры и упражнения	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Подготовка к обеду. Обед	11.50-12.15	11.50-12.15	11.55-12.25	11.55-12.20	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	12.15-12.25	12.15-12.25	12.25-12.35	12.20-12.30	12.30-12.40
Дневной сон	12.25-15.25	12.25-15.25	12.35-15.05	12.30-15.00	12.40-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после пробуждения, пальчиковая и дыхательная гимнастика. Гигиенические и закаливающие процедуры	15.25-15.35	15.25-15.35	15.05-15.20	15.00-15.15	15.10-15.20

Подготовка к полднику. Полдник	15.35-15.50	15.35-15.50	15.20-15.35	15.15-15.30	15.20-15.35
Игровая, самостоятельная деятельность, организованная образовательная деятельность (в соответствии с расписанием)	15.50-16.00	15.50-16.00	15.35-16.00	15.30-16.05	15.35-16.10
Прогулка (игры, наблюдения). Двигательная активность	16.00-18.05	16.00-18.05	16.00-18.05	16.05-18.15	16.10-18.15
в том числе подвижные игры и упражнения	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Возвращение с прогулки.	18.05-18.15	18.05-18.15	18.05-18.15	18.15-18.20	18.15-18.20
Подготовка к ужину. Ужин.	18.15-18.35	18.15-18.35	18.25-18.40	18.20-18.40	18.20-18.40
Игры, уход детей домой	18.35-19.00	18.35-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00

Общий подсчет времени в день: - на организованную образовательную деятельность;	20 мин.	20 мин.	30 мин.	50 мин. (при организации 1 занятия после дневного сна 75 мин.)	90 мин.
- перерывы между организованной образовательной деятельностью;	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	20 мин.
- на утреннюю гимнастику;	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
- на прогулку;	3 ч.10 мин.	3 ч.10 мин.	3 ч.10 мин.	3 ч.10 мин.	3 ч.10 мин.
- на дневной сон.	3 часа	3 часа	2 ч.30 мин.	2 ч.30 мин.	2 ч.30 мин.
Суммарный объем двигательной активности в день.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.20 мин.