

Принято на педагогическом совете
 Протокол № 1
 от 30.08.2022

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ д/с «Карусель»
 А.А. Елизарова
 Приказ № 80 от 30.08.2022

Режим дня на холодный период 2022/2023 учебного года

	Вторая группа раннего возраста «Малышок»	Младшая группа «Сказка»	Средняя группа «Звездочки»	Старшая группа «Лучики»	Подготовительная группа «Колокольчики»	Группа «Ладушки» (комбинированная)
Прием детей на воздухе, осмотр, игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	7.30-8.10	7.30-8.10	7.30-8.10	7.30-8.10	7.30-8.10	7.30-8.10
Утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.50
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	8.50-9.10	8.50-9.10	8.50-9.10	8.40-9.10	8.40-9.10	8.40-9.10
Непрерывная образовательная деятельность - НОД (общая длительность, включая перерывы)	9.10-9.40	9.10-9.50	9.10-10.00	9.10-10.10	9.10-10.20	9.10-9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка.	9.40-11.20	9.50-11.30	10.00-11.35	10.10-11.40	10.20-11.45	9.50-11.30
Возвращение с прогулки	11.20-11.35	11.30-11.40	11.35-11.45	11.40-11.50	11.45-11.55	11.30-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.05	11.40-12.15	11.45-12.20	11.50-12.20	11.55-12.25	11.40-12.15
Подготовка ко сну	12.05-12.15	12.15-12.25	12.20-12.30	12.20-12.30	12.25-12.35	12.15-12.25
Дневной сон	12.15-15.15	12.25-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.35-15.05	12.25-15.00
Постепенный подъем, профилактические физкультуры, оздоровительные процедуры	15.15-15.30	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.05-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.30-15.50	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.45
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей. Чтение художественной литературы.	15.50-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.45-16.30
Непрерывная образовательная деятельность - НОД	-	-	-	15.45-16.10	15.45-16.15	-
Вечерний круг	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30	16.25-16.35	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход детей домой.	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.35-18.00	16.30-18.00

Суммарный объем двигательной активности не меньше 1 часа в день для всех детей. Продолжительность прогулок для детей до 7 лет не менее 3 часов в день. Продолжительность дневного сна не менее 3 часов для детей от 1 до 3 лет, не менее 2,5 часов для детей 4-7 лет.

Второй завтрак -10.30-11.00

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов						
	2 гр. раннего возраста	Младшая гр.	Средняя гр.	Старшая гр.	Подготовительная гр.	
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Дежурства	-	ежедн. со 2 половины года	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Самостоятельная деятельность детей						
Игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Самостоятельная деятельность детей в центрах развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	
Режим двигательной активности						
Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий в минутах в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении и на улице	2-3 раза в неделю не более 10 мин	2-3 раза в неделю* не более 15 мин	2-3 раза в неделю не более 20 мин	2-3 раза в неделю не более 25 мин	2-3 раза в неделю* не более 30 мин
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	ежедневно не менее 10 мин	ежедневно не менее 10 мин	ежедневно не менее 10 мин	ежедневно не менее 10 мин	ежедневно не менее 10 мин
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно на каждой прогулке (10-15)	Ежедневно на каждой прогулке (15-20)	Ежедневно на каждой прогулке (20-25)	Ежедневно на каждой прогулке (25-30)	Ежедневно на каждой прогулке (30-40)
	в) закаливающие процедуры и гимнастика после сна	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин
	г) во время занятий	Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.				
	д) занятия в бассейне	-	1 раз в неделю не более 15 мин	1 раз в неделю не более 20 мин	1 раз в неделю не более 25 мин	1 раз в неделю не более 30 мин
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25-30 мин	1 раз в месяц 25-30 мин
	б) физкультурный праздник			2 раза в год по 45	2 раза в год по 60	2 раза в год по 60
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	а) самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

* в период работы бассейна проводятся 2 физкультурных занятия и 1 занятие по плаванию