

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МБДОУ «Рунгинский детский сад»  
протокол от 31.08.2022 № 1  
Согласовано с учетом мнения родителей (законных  
представителей) обучающихся

**УТВЕРЖДЕНО**

Заведующий МБДОУ  
«Рунгинский детский сад»  
Т.Г. Шагарова  
Приказ № 90 от 31.08.2022г.

**Режим дня воспитанников дошкольной образовательной организации в холодный период года 2022-23 уч.год.**

Режимные процессы /характер деятельности	Подготовительная группа 6-7 лет	Старшая под-группа 5-6 лет	Средняя под-группа 4-5 лет	младшая под-группа 3-4 лет	2 подгруп-па раннего возраста	1 подгруппа раннего возраста 1-2 г
<b>Дома</b>						
Подъем после ночного сна	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00	Не ранее 07:00	Не ранее 7ч	Не ранее 7ч	Не ранее 7ч
Утренний туалет, гигиенические процедуры	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15	07:00-07:15
<b>В дошкольном учреждении</b>						
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	07:00-07:45	07:00-07:45	07:00-07:45	07:00-07:45	07:00-07:45	07:00-07:45
Утренняя гимнастика, в том числе на свежем воздухе (для старшего дошкольного возраста)	07:45-07:55	07:45-07:55	07:45-07:55	07:45-07:55	07:45-07:55	07:45-07:55
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность	07:55-08:25	07:55-08:20	07:55-8:20	07:55-8:10	07:55-8:10	07:55-8:10
В том числе двигательные игры малой подвижности	10 мин	10 мин	-	-	-	-
Гигиенические процедуры, самообслуживание	08:25-08:30	08:20-08:25	08:20-08:25	08:10-08:30	08:10-08:30	08:10-08:30
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	08:30-08:50	08:25-08:55	08:25-08:50	08:30-08:55	08:30-08:55	08:30-08:45
Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время)	08:45-09:00	08:40-09:00	08:45-09:00	08:55-9:00	08:55-9:00	08:45-08:50
Организованная образовательная деятельность	09:00-10:10	09:00-10:00	09:00-09:50	09:00-09:40	09:00-09:30	08:50-09:20
Занятие № 1	09:00-09:30	09:00-09:25	09:00-09:20	09:00-09:15	09:00-09:10	08:50-09:00
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09:30-09:40	09:25-09:35	09:20-09:30	09:15-09:25	09:10-09:20	09:00-09:10
Занятие № 2	09:40-10:10	09:35-10:00	09:30-09:50	09:25-09:40	09:20-09:30	09:10-09:20
Игры, самостоятельная деятельность	-	10:00-10:10	09:50-10:10	09:40-10:00	09:30-10:00	09:20-10:00
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (завтрак 2)	10:10-10:25	10:10-10:25	10:10-10:25	10:00-10:20	10:00-10:20	10:00-10:20
Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	10:25-10:40	10:25-10:40	10:25-10:40	10:20-10:40	10:20-10:40	10:20-10:40
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10:40-12:30	10:40-12:10	10:40-12:10	10:40-12:00	10:40-12:00	10:40-12:00
в том числе игры средней и высокой подвижности	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	20 мин	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12:30-12:40	12:10-12:25	12:10-12:25	12:00-12:15	12:00-12:10	12:00-12:10
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12:40-13:00	12:25-12:50	12:25-12:50	12:15-12:35	12:10-12:30	12:10-12:30
Подготовка ко сну, дневной сон	13:00-15:30	12:50-15:25	12:50-15:35	12:35-15:35	12:30-15:35	12:30-15:35
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гим-ка	15:30-15:45	15:25-15:40	15:35-15:45	15:35-15:45	15:35-15:45	15:35-15:45
в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхании, профилактику нарушений ОДА	10 мин	10 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдн)	15:45-16:00	15:40-15:55	15:45-16:00	15:45-16:00	15:45-16:00	15:45-16:00
Занятие № 3	16:00-16:30	15:55-16:20 (3 раз в нед)	Не предусмотрено	Не предусмотрено	Не предусмотрено	Не предусмотрено
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время). Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность. Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	16:30-17:30	16:20-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30