

«Утверждено»  
Заведующий МБДОУ №113

И.В. Дижкина

«Принято» на педсовете №1  
Протокол №1 от 31.08.2023

**Режим дня на холодный период времени при 10,5 часовом пребывании  
на 2023-2024 учебный год**

| Содержание режимных моментов  | 1-я младшая №1, №5 | 2-младшая №6 | Средняя №2   | Средн. - старшая №3 | Старш – подг.(лог.) №4 |
|---|--------------------|--------------|--------------|---------------------|------------------------|
| Прием, осмотр, свободные игры. Самостоятельная деятельность. Утренняя гимнастика. | 7.30-8.15          | 7.30-8.20    | 7:30 – 8:20  | 7:30 – 8:20         | 7:30 – 8:20            |
| Подготовка к завтраку. Завтрак.   | 8:20-8:50          | 8:25-8:55    | 8:25 – 8:55  | 8:25 – 8:55         | 8:30 – 8:50            |
| Самостоятельная деятельность детей, игры  | 8:50-10:20         | 8:55-10:30   | 8:55 – 9:10  | 8:55 – 9:10         | 8:50 – 9:00            |
| Непосредственная образовательная деятельность                                     | 8:50-10:20         | 8:55-10:30   | 9:10 – 10:30 | 9:10 – 10:30        | 8:50 – 10:55           |
| Второй завтрак  | 10:20-10.30        | 10:30-10:40  | 10:25 -10:40 | 10:30 – 10:40       | 10:45 –10:55           |
| Подготовка к прогулке. Прогулка   | 10:30-11:45        | 10:40-11:50  | 10:40-12:00  | 10:40 – 12:00       | 10:55 – 12:10          |
| Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры.                                   | 11:45-11:55        | 11:50-12:00  | 12:00-12:10  | 12:00-12:10         | 12:10-12:20            |
| Подготовка к обеду. Обед.   | 11:55-12:20        | 12:00-12:40  | 12:10-12:50  | 12:10-12:50         | 12:20-12:50            |
| Подготовка ко сну. Дневной сон  | 12:20 -15.10       | 12:40-15:10  | 12:50-15:10  | 12:50-15:10         | 12:50-15:10            |
| Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, закаливание                       | 15:10-15:30        | 15:10-15:30  | 15:10-15:30  | 15:10-15:30         | 15:10-15:30            |
| Подготовка к полднику. Полдник.   | 15:30 - 15:50      | 15:30-15:50  | 15:35-15:50  | 15:35-15:50         | 15:30-15:50            |
| Непосредственная образовательная деятельность                                     | -                  | -            | 15:50-16:20  | 15:50-16:20         | 15:50-16:20            |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение худ. Литературы                  | 15:50 – 16:20      | 15:50-16:30  | 16:20-16:40  | 16:20-16:40         | 16:20-16:40            |
| Подготовка к прогулке. Прогулка, игры, уход детей домой                           | 16:20 – 18:00      | 16:30-18:00  | 16:40-18:00  | 16:40-18:00         | 16:40-18:00            |
| ИТОГО: сон  | 2часа 45мин        | 2часа 40мин  | 2часа 20мин  | 2часа 20мин         | 2часа 20мин            |
| ИТОГО: прогулка   | 2часа 55мин        | 2часа 40мин  | 2часа 40мин  | 2часа 40мин         | 2часа 35мин            |