

СОГЛАСОВАНО

Врач-педиатр МБДОУ «Детский сад
присмотра и оздоровления № 190» г. Саратова
Н.И. Головачева
« 30 » 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад
присмотра и оздоровления № 190» г. Саратова
Н.Н. Белякова
Приказ № 129-ОД от 30.08.2024 г.

РЕЖИМ ДНЯ (ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Режимные моменты	группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Прием детей, осмотр, игры, общение, труд, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность (свободная игра, занятия по интересам)	7.00-8.00 Измерение температуры	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Массаж (по индивидуальному графику)	с упражнениями на развитие носового дыхания 8.00 - 12.00				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.10-8.40	8.10-8.35	8.20-8.40	8.30-8.50
Самостоятельные игры	8.40-8.50	8.40-9.00	8.35-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00
Занятия* (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты) / Самостоятельная деятельность	8.50-9.40	9.00-9.40	9.00-10.30	9.00-10.00	9.00-10.50
Второй завтрак	Продолжительность перерывов между занятиями, не менее 10 минут				
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, индивидуальная работа с детьми по отработке основных видов движений, экспериментирование, общение по интересам)	9.40-9.50	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность по выбору и интересам	9.50-11.10	9.50-11.20	10.30-11.40	10.10-11.30	10.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.10-11.30	11.20-11.50	11.40-11.55	11.30-11.57	12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	11.30-12.00	11.50-12.20	11.55-12.23	11.57-12.23	12.00-12.23
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна (закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика, фитотерапия). Подготовка к полднику, полдник	12.00-15.10	12.20-15.00	12.23-15.00	12.23-15.00	12.23-15.00
Физиопроцедуры (по индивидуальному графику)	15.10-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Занятия*, слушание художественной литературы, экспериментирование, ЛФК, игры, досуги, театрализация, общение и самостоятельная деятельность по выбору и интересам, индивидуальная работа	15.30-18.00				
Подготовка к ужину, ужин	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.35	15.30-16.40	15.30-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, индивидуальная работа с детьми по отработке основных видов движений, общение по интересам). Постепенный уход домой.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.35-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, индивидуальная работа с детьми по отработке основных видов движений, общение по интересам). Постепенный уход домой.	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

* В соответствии с расписанием занятий.