

Режим и распорядок дня МДОАУ № 89 (холодный период)

Периоды распорядка	группа общеразвивающей направленности от 3 до 4 лет	группа общеразвивающей направленности от 4 до 5 лет	группа общеразвивающей направленности от 5 до 6 лет	группа общеразвивающей направленности от 6 до 7 лет
Прием детей, осмотр, игры, личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности, Утренний круг.	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15
Утренняя зарядка	8.00 – 8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Игры, личная гигиена, подготовка к завтраку	8.10-8.30	8.20-8.30	8.30 -8.35	8.40-8.45
Завтрак, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	8.30-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50	8.45-8.55
Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности.	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Занятия (между занятиями перерыв не менее 10 минут)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Игры, труд, индивидуальная работа	9.40- 10.30	9.50- 10.30	10.00- 10.30	-
Второй завтрак	10.30 – 10.35	10.30 – 10.35	10.30 – 10.35	10.50 – 10.55
Подготовка к прогулке, личная гигиена	10.35-10.45	10.35-10.45	10.35-10.45	10.55-11.05
Прогулка 1. Наблюдение, труд, игры, индивидуальная работа педагога с детьми; игры.	10.45-11.30	10.45-11.30	10.45-11.45	11.05-12.00
Возвращение с прогулки; личная гигиена; подготовка к обеду	11.30-11.45	11.30-11.45	11.45-12.00	12.00-12.10
Обед, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.10-12.25

Подготовка ко сну, личная гигиена	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.25-12.30
Дневной сон	12.30-15.30	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, корректирующая зарядка, личная гигиена; подготовка к полднику	15.30-15.45	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	15.45-15.55	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25
Подготовка к образовательной деятельности	-	-	15.25-15.30	15.25-15.30
Занятия в группах старшего дошкольного возраста			15.30-15.55	15.30-16.00
Личная гигиена; подготовка к прогулке	15.55-16.15	15.25-16.00	15.55-16.15	16.00-16.10
Прогулка 2. Наблюдение, труд, игры, индивидуальная работа педагога с детьми, игры.	16.15-17.15	16.00-17.15	16.15-17.15	16.10-17.20
Возвращение с прогулки; личная гигиена, подготовка к ужину	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.20 – 17.30
Ужин, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	17.30- 17.50	17.30- 17.50	17.30- 17.50	17.30- 17.50
Вечерний круг, подготовка к прогулке	17.50-18.15	17.50-18.30	17.50-18.30	17.50-18.20
Вечерняя прогулка; игры, индивидуальная работа педагога с детьми, уход детей домой	18.15-19.30	18.30-19.30	18.30-19.30	18.20-19.30
Суммарная образовательная нагрузка	30 мин	40 мин	75 мин	90 мин
Прогулка	3ч	3ч	3ч	3ч15 мин
Двигательная деятельность	1ч 2мин	1ч 3мин	1 ч.6мин	1ч 20мин

Прогулка 1. Наблюдение, труд, игры, индивидуальная работа педагога с детьми; игры.	10.35-11.20	10.35-11.25	10.35-11.30	10.35-11.35
Возвращение с прогулки, водные процедуры; личная гигиена, подготовка к обеду	11.20-12.00	11.25-12.00	11.30-12.00	11.35-12.00
Обед, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка ко сну, личная гигиена.	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.30	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, корректирующая зарядка, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность (личная гигиена); подготовка к полднику	15.30-15.45	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	15.45-16.00	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Игры, личная гигиена.	16.00-16.10	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке 2	16.10-16.20	16.00-16.10	16.00-16.10	16.00-16.10
Прогулка 2. Наблюдение, труд, игры, индивидуальная работа педагога с детьми; игры.	16.20-17.15	16.10-17.15	16.10-17.15	16.10-17.15
Возвращение с прогулки: личная гигиена, подготовка к ужину	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30
Ужин, работа по формированию к.г.н. и культуры питания	17.30- 17.50	17.30- 17.50	17.30- 17.50	17.30- 17.50
Вечерний круг. Вечерняя прогулка, игры, индивидуальная работа педагога с детьми, уход детей домой	17.50-19.30	17.50-19.30	17.50-19.30	17.50-19.30

