

**Организация режима дня групп в холодный период МДОАУ «Детский сад № 31»
(согласно СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20)**



№	Режимные моменты	Группа раннего возраста (группа № 2)	Разновозрастная 1 (группа №10)	Средняя группа (группа № 5)	Старшая группа (группа № 4)	Подготовительная к школе группа (группа № 6)
1	Прием и осмотр детей, термометрия, самостоятельная детская деятельность (игра, личная гигиена), совместная деятельность детей и взрослого, индивидуальная работа с детьми.	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.10	07.00-08.23
2	Утренняя гимнастика.	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.12-08.22	08.25-08.35
3	Самостоятельная деятельность (игра, личная гигиена), подготовка к завтраку.	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.22-08.30	08.35-08.40
4	Завтрак.	08.30-08.45	08.30-08.45	08.30-08.45	08.30-08.45	08.40-08.50
5	Самостоятельная детская деятельность (личная гигиена, игра, подготовка к занятиям).	08.45-09.00	08.45-09.00	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00
6	Образовательная деятельность. Перерыв – физкультурные минутки.	09.00-09.10 09.20-09.30 (подгруппы по 10 мин)	09.00-09.15 09.25-09.40 *Итого: 30мин	09.00-09.20 09.30-09.50 *Итого: 40 мин	09.00-09.25 09.35-10.00 *Итого: 50 мин	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50 *Итого: 90мин
7	Самостоятельная деятельность (игра, личная гигиена), подготовка ко второму завтраку.	09.30-10.30	09.40-10.30	09.50-10.30	10.00-10.30	10.50-10.55
8	Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.55-11.00
9	Самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к прогулке.	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.55	10.40-10.55	11.00-11.10
10	Прогулка, двигательная активность	10.50-11.50	10.50-11.50	10.55-11.55	10.55-12.00	11.10-12.10
11	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена, игра), подготовка к обеду.	11.50-12.00	11.50-12.00	11.55-12.10	12.00-12.15	12.10-12.20
12	Обед.	12.00-12.15	12.00-12.15	12.10-12.30	12.15-12.35	12.20-12.35
13	Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена).	12.15-12.20	12.15-12.20	12.30-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45

14	Дневной сон.	12.20-15.20	12.20-15.20	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15
15	Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику.	15.20-15.30	15.20-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
16	Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
17	Индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность (личная гигиена, игры).	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10
	Образовательная деятельность.	15.40-15.50 16.00-16.10 (подгруппы по 10мин) *Итого: 20мин			15.45-16.10 (25 мин) *Итого: 75мин	
18	Самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к прогулке.	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20
19	Прогулка, двигательная активность	16.20-18.20	16.20-18.20	16.20-18.20	16.20-18.20	16.20-18.20
20	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена, игра), подготовка к ужину.	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30	18.20-18.30
21	Ужин.	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45
22	Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), уход домой.	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

*Максимально допустимый объем образовательной нагрузки