



Режим дня в МДОУ «Детский сад № 153» Ленинского района г.Саратова на холодный период времени 2024-2025уч.г

Режимные моменты, виды деятельности		Возраст, время (В), длительность в минутах (Д)									
		2-3 года		3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		В	Д	В	Д	В	Д	В	Д	В	Д
Прием, осмотр, общение с родителями, индивидуальная работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность.		7.00-8.10	70	7.00-7.55	55	7.00-7.55	55	7.00-8.00	60	7.00-8.00	60
<u>Утренний круг:</u> образование круга, приветствие, работа с календарем природы, ситуативная беседа, минутка здоровья, составление плана дня, завершающий ритуал		-	-	7.55-8.10	15	7.55-8.10	15	8.00-8.15	15	8.00-8.20	20
<u>Утренняя зарядка.</u>		8.10-8.20	10	8.10-8.20	10	8.10-8.20	10	8.15-8.25	10	8.20-8.30	10
Подготовка к завтраку. Дежурство (самостоятельное дежурство вводится со средней группы – вторая половина учебного года).		8.20-8.40	20	8.20-8.55	35	8.20-8.55	35	8.25-9.00	35	8.30-9.00	30
Завтрак. Гигиенические, закаливающие процедуры											
Занятия, взаимодействие со специалистами. Самостоятельная деятельность.		8.40-9.15	35	8.55-9.50	55	8.55-10.00	65	9.00-10.20	80	9.00-11.00	120
Перерыв во время занятий для гимнастики не менее 2 минут	Занятие 1	8.40-8.50	10	9.10-9.25	15	9.00-9.20	20	9.00-9.25	25	9.00-9.30	30
	Занятие 2	9.05-9.15	10	9.35-9.50	15	9.40-10.00	20	9.35-10.00	25	9.40-10.10	30
	Занятие 3	-	-	-	-	-	-	-	-	10.20-10.50	30
	Перерыв между занятиями	8.50-9.05	15	9.25-9.35	10	9.20-9.40	20	9.25-9.35	10	9.30-9.40 10.10-10.20	10 10
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак		9.15-9.25	10	9.50-10.00	10	10.00-10.10	10	9.45-9.55	10	10.10.-10.20	10
Подготовка к прогулке.		9.25-9.40	15	10.00-10.15	15	10.10-10.20	10	10.20-10.30	10	11.00-11.10	10
Прогулка 1. Наблюдения, элементарная трудовая деятельность, сюжетно-ролевые и конструктивные игры, <i>подвижные игры и спортивные упражнения</i> , экспериментирование с объектами неживой природы, свободное общение педагога с детьми, индивидуальная работа по развитию ОВД. Самостоятельная деятельность		9.40-11.00	80	10.15-11.35	80	10.20-11.40	80	10.30-11.45	75	11.10-12.20	70
Возвращение с прогулки, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, подготовка к обеду, дежурство		11.00-11.30	30	11.35-12.00	25	11.40-12.00	20	11.45-12.00	15	12.20-12.30	10
Обед.		11.30-11.50	20	12.00-12.20	20	12.00-12.20	20	12.00-12.20	20	12.30-12.45	15
Гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну.		11.50-12.00	10	12.20-12.30	10	12.20-12.30	10	12.20-12.30	10	12.45-12.50	5
Сон		12.00-15.00	180	12.30-15.00	150	12.30-15.00	150	12.30-15.00	150	12.50-15.20	150
Постепенный подъем. Гигиенические и оздоровительные процедуры. Полдник.		15.00-15.30	30	15.00-15.30	30	15.00-15.30	30	15.00-15.30	30	15.20-15.45	25
Элементарная трудовая деятельность, познавательно-исследовательская деятельность, конструирование, музыкальная деятельность, игровая деятельность, чтение художественной литературы, досуги и развлечения, <i>профилактические упражнения.</i> Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность. Занятие		15.30-16.20	50	15.30-16.25	55	15.30-16.25	55	15.30-16.30	60	15.45-16.30	45
		-	-	-	-	-	-	15.35-16.00	25	-	-
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры, дежурство		16.20-17.00	40	16.25-16.55	30	16.25-16.55	30	16.30-16.55	25	16.30-16.55	25
Ужин. Гигиенические и закаливающие процедуры											
<u>Вечерний круг:</u> условный сигнал, рефлексия, завершающий ритуал		-	-	16.55-17.00	5	16.55-17.00	5	16.55-17.00	5	16.55-17.00	5
Подготовка к прогулке.		17.00-17.15	15	17.00-17.15	15	17.00-17.15	15	17.00-17.10	10	17.00-17.10	10
Прогулка 2. Самостоятельные игры, индивидуальная работа по ОВД, РР, ФЭМП, <i>командные игры-эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения</i> , развлечения. Постепенный уход домой.		17.15-19.00	105	17.15-19.00	105	17.15-19.00	105	17.10-19.00	110	17.10-19.00	110

Суммарный объем двигательной активности не менее 1ч в день

Рассмотрено и принято
На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2024г.



Режим дня в МДОУ «Детский сад № 153» Ленинского района г.Саратова на летний оздоровительный период 2025г.

Режимные моменты, виды деятельности	Возраст, время (В), длительность в минутах (Д)									
	2-3 года		3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
	В	Д	В	Д	В	Д	В	Д	В	Д
Прием (на улице), осмотр, общение, элементарная трудовая деятельность, индивидуальная работа, игры, самостоятельная деятельность. Утренняя зарядка(на улице) - 10 минут	7.00-8.00	60	7.00-8.15	75	7.00-8.10	70	7.00-8.15	75	7.00-8.20	80
Утренний круг: образование круга, приветствие, работа с календарем природы, ситуативная беседа, минутка здоровья, составление плана дня, завершающий ритуал	---	---	8.20-8.30	10	8.20-8.30	10	8.20-8.30	10	8.20-8.30	10
Гигиенические, закаливающие процедуры. Дежурство (вводится со средней группы – вторая половина учебного года).	8.00-8.20	20	8.30-8.40	10	8.30-8.40	10	8.30-8.40	10	8.30-8.40	10
Завтрак. Гигиенические, закаливающие процедуры.	8.20-8.40	20	8.40-9.00	20	8.40-9.00	20	8.40-9.00	20	8.40-9.00	20
Совместная деятельность: музыкальная и двигательная деятельность , беседы, игры. Самостоятельная деятельность.	8.40-9.10	30	9.00-9.30	30	9.00-9.30	30	9.00-9.30	30	9.00-9.30	30
Подготовка к прогулке.	9.10-9.20	10	9.30-9.40	10	9.30-9.40	10	9.30-9.40	10	9.30-9.40	10
Прогулка 1. Наблюдения, элементарная трудовая деятельность, сюжетно-ролевые и конструктивные игры, подвижные игры и спортивные упражнения , экспериментирование с объектами неживой природы, свободное общение педагога с детьми, индивидуальная работа по развитию ОВД. Самостоятельная деятельность	9.30-11.10	100	9.50-11.40	110	9.50-11.40	110	9.50-11.40	110	9.50-11.50	120
Второй завтрак	10.20-10.40	20	10.30-10.50	20	10.30-10.50	20	10.30-10.50	20	10.30-10.50	20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, подготовка к обеду, дежурство.	11.10-11.30	20	11.40-12.00	20	11.40-12.00	20	11.40-12.00	20	11.50-12.05	15
Обед.	11.30-11.50	20	12.00-12.20	20	12.00-12.20	20	12.00-12.20	20	12.05-12.20	15
Гигиенические, закаливающие процедуры. Подготовка ко сну.	11.50-12.00	10	12.20-12.30	10	12.20-12.30	10	12.20-12.30	10	12.20-12.30	10
Сон	12.00-15.00	180	12.30-15.00	150	12.30-15.00	150	12.30-15.00	150	12.30-15.00	150
Постепенный подъем. Гигиенические и оздоровительные процедуры.	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20
Полдник.	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10
Самостоятельная деятельность, конструирование, чтение художественной литературы, индивидуальная работа, профилактические упражнения , игры, театрализация, досуги.	15.30-16.20	50	15.30-16.20	50	15.30-16.30	60	15.30-16.30	60	15.30-16.30	60
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры, дежурство.	16.20-16.50	30	16.20-16.50	30	16.30-17.00	30	16.30-17.00	30	16.30-17.00	30
Ужин. Гигиенические, закаливающие процедуры	16.50-17.00	10	16.50-17.00	10	17.00-17.10	10	17.00-17.10	10	17.00-17.10	10
Подготовка к прогулке.	17.00-19.00	120	17.00-19.00	120	17.10-19.00	110	17.10-19.00	110	17.10-19.00	110
Прогулка 2. Вечерний круг: условный сигнал, рефлексия, завершающий ритуал. Самостоятельные игры, индивидуальная работа по ОВД, РР, ФЭМП, командные игры-эстафеты , подвижные игры и спортивные упражнения , развлечения. Постепенный уход домой.	17.00-19.00	120	17.00-19.00	120	17.10-19.00	110	17.10-19.00	110	17.10-19.00	110

Суммарный объем двигательной активности не менее 1ч в день