Принят:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 29.08.2023 г.

O="МБДОУ "Детский сад №186"" г.о. Самара", CN= Картамышева Л.В., E= so_sdo.ds186@samara.edu.ru
2024.03.18

Утверждён:
Приказ от 31.08. 2023г. № 229 -од
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 186» г.о. Самара.

Режим дня детей
на холодный период 2023-2024 учебного года

Режимные моменты	вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Мл. группа (3-4 года)	Ср. гр. (4-5 лет)	Ст. гр. (5-6 лет)	Подг. гр. (6-7 лет)
Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игра, утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.10	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.20 – 8.40
Игра, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.30-8.50	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.40-8.50
Непосредственно образовательная деятельность*	8.50-9.20	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.10	8.50-11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка **	9.20-11.00	9.50-11.30	10.00-11.40	10.10-11.50	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, игры.	11.00-11.30	11.30-12.00	11.40-12.00	11.50-12.00	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.45-15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры, самостоятельная деятельность.	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.15-15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.45-16.00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, развлечения, творческие объединения, непосредственно образовательная деятельность (при необходимости)	15.50-17.00	15.50-17.00	15.50-17.00	15.50-17.00	16.00-17.00
Подготовка к ужину. Ужин	17.00-17.30	17.00-17.20	17.00-17.20	17.00-17.20	17.00-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, постепенный уход домой.	17.30-19.00	17.20-19.00	17.20-19.00	17.20-19.00	17.15-19.00

*Указана общая длительность, включены перерывы, 1 занятие в старшей группе организовано после дневного сна

** рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет от 3 до 4 часов

При температуре воздуха ниже -15 и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки детей до 7 лет рекомендуется сократить