

РЕЖИМ ДНЯ

Режим пребывания на период летней оздоровительной кампании в МБДОУ №111
(тёплый период)

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём, осмотр, утренняя прогулка свободная игра, самостоятельная деятельность детей	7.00–8.00 (1ч)	7.00–8.00 (1ч)	7.00–8.00 (1ч)	7.00–8.00 (1ч)	7.00–8.00 (1ч)
Оздоровительная работа: Утренняя гимнастика Дыхательная гимнастика	8.00-8.15 Улица (10+5мин)	8.00-8.15 Улица (10+5мин)	8.00-8.15 Улица (10+5мин)	8.00-8.15 Улица (10+5мин)	8.00-8.15 Улица (10+5мин)
Подготовка к завтраку	8.15–8.30	8.15–8.30	8.15–8.30	8.15–8.30	8.15–8.30
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00
Организованная детская деятельность (занятия психо-эмоциональной разгрузки: музыка, изобразительность, физкультура)	9.00–9.15	9.00–9.15	9.00–9.30	9.00–9.50	9.00–10.00
Прогулка (игры-занятия, наблюдения, труд)	9.15-10.30 (1ч 15 мин)	9.15-10.30 (1ч 15 мин)	9.30-10.30 (1ч)	9.50-10.30 (40 мин)	10.00-10.30 (30 мин)
Второй завтрак	10.30–10.45	10.30–10.45	10.30–10.45	10.30–10.45	10.30–10.45
Прогулка (Игры на свежем воздухе)	10.45–11.20 (35 мин)	10.45–11.20 (35 мин)	10.45–12.10 (1ч 25 мин)	10.45–12.15 (1ч 30 мин)	10.45–12.15 (1ч 35 мин)
Возвращение с прогулки,	11.20–11.40	11.20–11.40	12.10–12.30	12.15–12.30	12.15–12.30
Оздоровительная работа: закаливающие процедуры					
Подготовка к обеду	11.40–12.00	11.40–12.00	12.30–12.45	12.30–12.45	12.30–12.45
Обед	12.00–12.15	12.00–12.15	12.45–13.00	12.45–13.00	12.45–13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15–15.00	12.15–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00
Оздоровительная работа: подъем, гимнастика пробуждения	15.15–15.30	15.15–15.30	15.15–15.30	15.15–15.30	15.15–15.30
Полдник	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45	15.30–15.45
Игры, самостоятельная детская деятельность индивидуальная работа	15.45–16.15	15.45–16.15	15.45–16.15	15.45–16.15	15.45–16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15–18.10 (1ч 55 мин)	16.15–18.10 (1ч 55 мин)	16.15–18.10 (1ч 55 мин)	16.15–18.10 (1ч 55 мин)	16.15–18.10 (1ч 55 мин)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20	18.10–18.20
Подготовка к ужину	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30	18.20–18.30
Ужин	18.30–18.45	18.30–18.45	18.30–18.45	18.30–18.45	18.30–18.45
Самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе, уход домой	18.45–19.00 (15 мин)	18.45–19.00 (15 мин)	18.45–19.00 (15 мин)	18.45–19.00 (15 мин)	18.45–19.00 (15 мин)
Дневной сон	3 ч	3ч	2 ч 30 мин	2 ч 30 мин	2 ч 30 мин
Прогулка	6 ч 15 мин	6 ч 10 мин	5 ч 50 мин	5 ч 40 мин	5 ч 30 мин

*Приложение № 11 (таблица 4), №12 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

*п.185 Показатели организации образовательного процесса (таблица 6.7) Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»