|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Режимы дня на холодный период**

**МДОБУ «ДСКВ № 62»**

**на 2024-2025 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **3-4 года** | **4-5 лет** | **5-6 лет** | **6-7 лет** |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.00-8.10 | 7.00-8.15 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 |
| Завтрак | 8.10-8.40 | 8.15-8.40 | 8.20-8.45 | 8.25-8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.40-9.00 | 8.40-9.00 | 8.45-9.00 | 8.50-9.00 |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями - не менее 10 минут) | 9.00-9.15  9.25-9.40 | 9.00-9.20  9.30-9.50 | 9.00-9.25  9.35-10.00 | 9.00-9.30  9.40-10.10  10.20-10.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку | 9.40-9.55 | - | - | - |
| Второй завтрак | 9.55-10.05 | 9.55-10.15 | 10.00-10.10 | 10.10-10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.05-12.00  (1 ч 55 мин) | 10.15-12.10  (1 час 55 мин) | 10.10-12.20  2 часа 10 мин) | 10.50-12.20  (1 час 30 мин) |
| Подготовка к обеду. Обед | 12.00-12.30 | 12.10-12.40 | 12.20-12.50 | 12  .20-12.50 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.30-15.30  (3 часа) | 12.40-15.10  (2 час 30 мин) | 12.50-15.20  (2 часа 30 мин) | 12.50-15.20  (2 часа 30 мин) |
| Подготовка к занятию | - | - | 15.30-15.40 | - |
| Занятия | - | - | 15.40-16.05 | - |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность педагога с детьми | 15.30-16.00 | 15.10-16.00 | 16.05-16.25 | 15.20-16.25 |
| Подготовка к уплотнённому полднику. Уплотнённый полдник | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 | 16.25-16.55 | 16.25-16.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки | 16.30-17.35  (1 час 05 мин) | 16.30-17.35  (1 час 05 мин) | 16.55-17.45  (50 минут) | 16.45-18.15  (1 ч 30 мин) |
| Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности, совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми, развлечения | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.45-19.00 | 18.15-19.00 |
| Уход домой | 19.00 | 19.00 | 19.00 | 19.00 |
| Итого суммарно: | | | | |
| Дневной сон | 3 часа | 2ч 30 мин | 2ч 30 мин | 2ч 30 мин |
| прогулка | 3 часа | 3 часа | 3 часа | 3 часа |