

Выписка из образовательной программы дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 109» утвержденной приказом от 22.08.2023 № 130

### РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Режимные моменты	Старшая группа с ТНР (10,5 час.)	Подготовительная к школе группа с ТНР (10,5 час.)
<b>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</b>		
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-7.55	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.55-8.05 (10 мин.)	8.10-8.20 (10 мин.)
Самостоятельная деятельность детей, игры, индивидуальная работа с воспитанниками	8.05-8.20	
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30-8.45	8.30-8.40
Самостоятельная деятельность, игры	8.45-8.55	
Занятие	8.55-9.20	8.40-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.20-9.30	9.10-9.20
Занятие	9.30-9.55	9.20-9.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.55-10.30	9.50-10.00
Занятие		10.00-10.30 (понедельник, вторник, среда, пятница)
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40
Физкультурное занятие на воздухе	11.30-11.50 среда	11.20-11.50 четверг
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.55 <b>1ч. 15м</b>	10.40-11.55 <b>1ч. 15м</b>
Возвращение с прогулки	11.55-12.00	11.55-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-14.50 <b>2ч.30м.</b>	12.20-14.50 <b>2ч.30м.</b>
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, самостоятельная	14.50-15.00	14.50-15.00

деятельность		
Занятие	15.00-15.25	15.00-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.25-15.30	
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	15.45-17.30 <b>1ч.45м.</b>	15.45-17.30 <b>1ч.45м.</b>
<b>РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА</b>		
Прогулка, подготовка к ужину, ужин	17.30-20.15	17.30-20.15
Спокойные игры, гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.15-20.45	20.15-20.45
Ночной сон	20.45-6.00 (7.00)	20.45-6.00 (7.00)

### РЕЖИМ ДНЯ НА ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Режимные моменты	Старшая группа с ТНР (5 – 6 лет)	Подготовительная к школе группа с ТНР (6 – 7 лет)
<b>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</b>		
<b>Приход детей в детский сад.</b> Прием детей на улице (свободная игра, самостоятельная деятельность)	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20 (10 мин.)	8.10-8.20 (10 мин.)
Возвращение с прогулки	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00
Подготовка к прогулке Прогулка. Наблюдение; опытно - исследовательская деятельность за объектами живой и неживой природы; двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения; индивидуальная работа с воспитанниками;	9.00-11.40	9.00-11.40
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.40-12.00	11.40-12.00

Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40	12.00-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10 (2 ч.30 м.)	12.40-15.10 (2 ч.30 м.)
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность детей	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке. Прогулка <b>Уход детей домой</b>	16.00-17.30	16.00-17.30
<b>РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА</b>		
Прогулка, подготовка к ужину, ужин	17.30-20.15	17.30-20.15
Спокойные игры, гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.15-20.45	20.15-20.45
Ночной сон	20.45-6.00 (7.00)	20.45-6.00 (7.00)