

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«ДС № 238 г. Челябинска»
_____ Н.Б.Бирюкова

РЕЖИМ ДНЯ

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовит группа	разновозр. группа(5-7)
Дома						
Подъем, утренний туалет В дошкольном учреждении	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00 - 8.20	7.00 - 8.30
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30 - 8.40	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30	8.10-8.30	8.20-8.50	8.30-8.40	8.40 - 9.00	8.30 - 9.00
Самостоятельная деятельность, свободные игры	8.30-9.00	8.30-9.00	8.50-9.00	8.40-9.00		
Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам), занятия со специалистами.	9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00- 9.50 9.00-10.20	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00 - 9.30 9.40-10.10 10.20-	9.00 - 10.50 9.00 - 11.20
Самостоятельная деятельность, игра	9.30-9.50	9.40-10.00			10.50 11.40- 12.10	11.30 - 12.00
Второй завтрак	9.50-10.00	10.00-10.10	10.05-10.15	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (вторник - 3 физ. занятие)	10.00-11.30	10.10-11.55	10.15-12.00	10.20-12.10	10.50 - 12.10	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.40	11.55-12.10	12.00-12.10	12.10-12.15	12.10 - 12.15	12.10-12.15
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	12.10-12.30	12.10-12.30	12.15-12.30	12.15 - 12.30	12.15-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30 - 15.00	12.30-15.00

Постепенный подъем, гимнастика в сочетании с воздушным закаливанием, босо хождение.	15.00-15.15	15.00-15.05	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.05-15.15	15.15-15.25	15.15-15.25	15.10-15.20	15.15-15.30
Непрерывная образовательная деятельность, занятия со специалистами.	15.35 –15.45 15.55 –16.05	15.15- 15.45	15.15-16.10	15.25-15.50	-	15.40-16.05 15.40-16.15
Самостоятельная трудовая и художественная деятельность, игры.	15.15-15.25	15.45-16.00	-	15.50-16.15	15.20-16.20	
Подготовка к ужину, ужин	16.05-16.30	16.00-16.30	16.10-16.30	16.15-16.30	16.20-16.30	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.40-18.00	16.30 -18.10	16.30-18.10
Возвращение с прогулки	18.00-18.20	18.00-18.20	18.00-18.20	18.00-18.20	18.00-18.20	18.00-18.20
Самостоятельная деятельность, свободные игры, уход домой	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00
Дома						
Прогулка с детьми	-	18.30-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30	19.00-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-19.30	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00	19.30-20.00
Ночной сон	19.30-7.30	20.00-7.00	20.00-7.00	20.00-7.00	20.00-7.00	20.00-7.00

Примечание: режим дня составлен в соответствии с инновационной программой ДО «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой 2020г., СП 2.4.3648-20. «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Режим дня составлен с учетом 12-ти часового пребывания ребенка в детском саду. Указана общая длительность занятий, включая перерывы между ними. С учетом времени года и светового дня в режиме возможно внесение изменений.