

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего
от 26.08.2024 г №81.

РЕЖИМЫ ДНЯ
в холодный период года
(на 2024-2025 учебный год)

Муниципального дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида №13»
п. Щеглово

Ленинградская область, Всеволожский район,
п. Щеглово, 2024 г.

**Режим дня
в холодный период года
для детей группы раннего возраста 2-3 лет
на 2024-2025 учебный год**

Время	Содержание
7.00 - 8.20	Прием, утренний осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, артикуляционная и пальчиковая гимнастика.
8.20 - 8.50	Подготовка к завтраку (воспитание культурно-гигиенических навыков), завтрак (воспитание культуры приема пищи).
8.50 - 9.00	Игры, самостоятельная деятельность.
9.00 - 9.30	Занятия (общая длительность, включая перерывы).
9.30 - 9.40	Второй завтрак.
9.40 - 10.00	Игры, самостоятельная деятельность детей.
10.00 - 11.45	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания). Прогулка (наблюдения, подвижные игры, труд в природе, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей).
11.45 - 12.20	Подготовка к обеду (воспитание культурно-гигиенических навыков), обед (воспитание культуры приема пищи).
12.20 - 15.20	Подготовка ко сну (воспитание культурно-гигиенических навыков), дневной сон, постепенный подъём воспитанников (обучение навыкам самообслуживания).
15.20 - 16.15	Игры, досуги, чтение художественной литературы, конструирование, организованная, совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
16.15 - 16.45	Подготовка к полднику (воспитание культурно-гигиенических навыков), усиленный полдник (воспитание культуры приема пищи).
16.45 - 19.00	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания), прогулка (двигательная активность, наблюдения, игры), уход воспитанников домой.

**Режим дня
в холодный период года
для детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет
на 2024-2025 учебный год**

Время	Содержание
7.00 - 8.20	Прием, утренний осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, артикуляционная и пальчиковая гимнастика.
8.20 - 8.50	Подготовка к завтраку (воспитание культурно-гигиенических навыков), завтрак (воспитание культуры приема пищи).
8.50 - 9.00	Игры, самостоятельная деятельность.
9.00 - 9.40	Занятия (общая длительность, включая перерывы).
9.40 - 9.50	Второй завтрак.
9.50 - 12.10	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания). Прогулка (наблюдения, подвижные игры, труд в природе, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей).
12.10 - 12.40	Подготовка к обеду (воспитание культурно-гигиенических навыков), обед (воспитание культуры приема пищи).
12.40 - 15.10	Подготовка ко сну (воспитание культурно-гигиенических навыков), дневной сон, постепенный подъём воспитанников (обучение навыкам самообслуживания).
15.10 - 16.20	Игры, досуги, чтение художественной литературы, конструирование, организованная, совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
16.20 - 16.50	Подготовка к полднику (воспитание культурно-гигиенических навыков), усиленный полдник (воспитание культуры приема пищи).
16.50 - 19.00	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания), прогулка (двигательная активность, наблюдения, игры), уход воспитанников домой.

**Режим дня
в холодный период года
для детей младшего дошкольного возраста 4-5 лет
на 2024-2025 учебный год**

Время	Содержание
7.00 - 8.25	Прием, утренний осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, артикуляционная и пальчиковая гимнастика.
8.25 - 8.50	Подготовка к завтраку (воспитание культурно-гигиенических навыков), завтрак (воспитание культуры приема пищи).
8.50 - 9.00	Игры, самостоятельная деятельность.
9.00 - 9.50	Занятия (общая длительность, включая перерывы).
9.50 - 10.00	Второй завтрак.
10.00 - 12.10	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания). Прогулка (наблюдения, подвижные игры, труд в природе, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей).
12.10 - 12.40	Подготовка к обеду (воспитание культурно-гигиенических навыков), обед (воспитание культуры приема пищи).
12.40 - 15.10	Подготовка ко сну (воспитание культурно-гигиенических навыков), дневной сон, постепенный подъём воспитанников (обучение навыкам самообслуживания).
15.10 - 16.20	Игры, досуги, чтение художественной литературы, конструирование, организованная, совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
16.20 - 16.50	Подготовка к полднику (воспитание культурно-гигиенических навыков), усиленный полдник (воспитание культуры приема пищи).
16.50 - 19.00	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания), прогулка (двигательная активность, наблюдения, игры), уход воспитанников домой.

**Режим дня
в холодный период года
для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет
на 2024-2025 учебный год**

Время	Содержание
7.00 - 8.25	Прием, утренний осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, артикуляционная и пальчиковая гимнастика.
8.25 - 8.50	Подготовка к завтраку (воспитание культурно-гигиенических навыков), завтрак (воспитание культуры приема пищи).
8.50 - 9.00	Игры, самостоятельная деятельность.
9.00 - 10.00	Занятия (общая длительность, включая перерывы).
10.00 - 10.10	Второй завтрак.
10.10 - 12.15*	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания). Прогулка (наблюдения, подвижные игры, труд в природе, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей).
12.15 - 12.45	Подготовка к обеду (воспитание культурно-гигиенических навыков), обед (воспитание культуры приема пищи).
12.45 - 15.15	Подготовка ко сну (воспитание культурно-гигиенических навыков), дневной сон, постепенный подъём воспитанников (обучение навыкам самообслуживания).
15.15 -16.30	Игры, досуги, чтение художественной литературы, конструирование, занятия, совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
16.30 - 17.00	Подготовка к полднику (воспитание культурно-гигиенических навыков), усиленный полдник (воспитание культуры приема пищи).
17.00 - 19.00	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания), прогулка (двигательная активность, наблюдения, игры), уход воспитанников домой.

***Прогулка среда 10.20**

**Режим дня
в холодный период года
для детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет
на 2024-2025 учебный год**

Время	Содержание
7.00 - 8.30	Прием, утренний осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, артикуляционная и пальчиковая гимнастика.
8.30 - 8.50	Подготовка к завтраку (воспитание культурно-гигиенических навыков), завтрак (воспитание культуры приема пищи).
8.50 - 9.00	Игры, самостоятельная деятельность.
9.00 - 10.50	Занятия (общая длительность, включая перерывы).
10.50 - 11.00	Второй завтрак.
11.00 - 12.25*	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания). Прогулка (наблюдения, подвижные игры, труд в природе, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей).
12.25 - 12.50	Подготовка к обеду (воспитание культурно-гигиенических навыков), обед (воспитание культуры приема пищи).
12.50 - 15.20	Подготовка ко сну (воспитание культурно-гигиенических навыков), дневной сон, постепенный подъем воспитанников (обучение навыкам самообслуживания).
15.20 - 16.30	Игры, досуги, чтение художественной литературы, конструирование, занятия, совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
16.30 - 17.00	Подготовка к полднику (воспитание культурно-гигиенических навыков), усиленный полдник (воспитание культуры приема пищи).
17.00 - 19.00	Подготовка к прогулке (воспитание культурно-гигиенических навыков, обучение навыкам самообслуживания), прогулка (двигательная активность, наблюдения, игры), уход воспитанников домой.

*Прогулка вторник 10.20