



Утверждено  
 Заведующая МБДОУ № 3  
 г. Невинномысска  
 Л.И. Ничволодова  
 Приказ от 02.09.2024г. № 210-о/д

## РЕЖИМ ДНЯ

### МБДОУ № 3 города Невинномысска на 2024-2025 учебный год

№	Режимные моменты	I младшая группа.	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Физкультурно-оздоровительная работа	Условные обозначения
1	Прием, осмотр детей	7 <sup>00</sup> -8 <sup>00</sup>	7 <sup>00</sup> -8 <sup>00</sup>	7 <sup>00</sup> -8 <sup>00</sup>	7 <sup>00</sup> -7 <sup>50</sup>	7 <sup>00</sup> -8 <sup>00</sup>		- самостоят. двигательная деятельность
2	Утренняя гимнастика (артикуляционная, пальчиковая)	8 <sup>00</sup> -8 <sup>05</sup>	8 <sup>00</sup> -8 <sup>06</sup>	8 <sup>00</sup> -8 <sup>07</sup>	7 <sup>50</sup> -8 <sup>20</sup>	8 <sup>20</sup> -8 <sup>30</sup>		- настрой на хороший день
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8 <sup>05</sup> -8 <sup>40</sup>	8 <sup>06</sup> -8 <sup>45</sup>	8 <sup>07</sup> -8 <sup>50</sup>	8 <sup>20</sup> -8 <sup>55</sup>	8 <sup>30</sup> -8 <sup>55</sup>		- сквозное проветривание
4	Игра, подготовка к образовательной деятельности	8 <sup>40</sup> -9 <sup>00</sup>	8 <sup>45</sup> -9 <sup>00</sup>	8 <sup>50</sup> -9 <sup>00</sup>	8 <sup>55</sup> -9 <sup>05</sup>	8 <sup>55</sup> -9 <sup>00</sup>		- умывание и обливание рук до локтя холодной водой
5	Непрерывная образовательная деятельность	9 <sup>00</sup> -9 <sup>30</sup>	8 <sup>30</sup> -9 <sup>40</sup> 9 <sup>00</sup> -9 <sup>40</sup>	8 <sup>30</sup> -9 <sup>50</sup> 9 <sup>00</sup> -9 <sup>50</sup>	8 <sup>30</sup> -9 <sup>55</sup> 9 <sup>00</sup> -9 <sup>55</sup>	9 <sup>00</sup> -10 <sup>50</sup>		- гимнастика для глаз
6.	Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность							оздоровит. прогулки
7	Подготовка к прогулке, прогулка	9 <sup>30</sup> -11 <sup>20</sup>	9 <sup>40</sup> -11 <sup>50</sup>	9 <sup>50</sup> -12 <sup>10</sup>	9 <sup>55</sup> -12 <sup>25</sup>	10 <sup>50</sup> -12 <sup>35</sup>		- подвижные игры
8	Подготовка к обеду, обед	11 <sup>20</sup> -12 <sup>00</sup>	11 <sup>50</sup> -12 <sup>40</sup>	12 <sup>10</sup> -12 <sup>50</sup>	12 <sup>25</sup> -13 <sup>00</sup>	12 <sup>35</sup> -13 <sup>00</sup>		- ходьба по ребристой дорожке
9	Подготовка ко сну, сон	12 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	12 <sup>40</sup> -15 <sup>00</sup>	12 <sup>50</sup> -15 <sup>00</sup>	13 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	13 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>		- полоскание рта
10	Подъем, закалывающие процедуры	15 <sup>00</sup> -15 <sup>15</sup>	15 <sup>00</sup> -15 <sup>15</sup>	15 <sup>00</sup> -15 <sup>20</sup>	15 <sup>00</sup> -15 <sup>20</sup>	15 <sup>00</sup> -15 <sup>20</sup>		- ползание под лугой
11	Подготовка к ужину, ужин	15 <sup>15</sup> -15 <sup>45</sup>	15 <sup>15</sup> -15 <sup>45</sup>	15 <sup>20</sup> -15 <sup>50</sup>	15 <sup>20</sup> -15 <sup>50</sup>	15 <sup>20</sup> -15 <sup>50</sup>		- комплекс упражнений для мелкой моторики
11	Непрерывная образовательная деятельность (	15 <sup>45</sup> -16 <sup>15</sup>	16 <sup>00</sup> -16 <sup>15</sup>		15 <sup>45</sup> -16 <sup>10</sup>			- дыхательная гимнастика
12	Игры, самостоятельная деятельность по выбору и интересам	-	15 <sup>45</sup> -16 <sup>25</sup>	15 <sup>50</sup> -16 <sup>00</sup>	-	15 <sup>50</sup> -16 <sup>00</sup>		- физкультурные минутки
13	Прогулка II	16 <sup>15</sup> -16 <sup>40</sup>	16 <sup>25</sup> -16 <sup>40</sup>	16 <sup>00</sup> -16 <sup>30</sup>	16 <sup>10</sup> -16 <sup>30</sup>	16 <sup>00</sup> -16 <sup>35</sup>		физкультурный досуг
14	Подготовка к полднику, полдник	16 <sup>40</sup> -16 <sup>50</sup>	16 <sup>40</sup> -17 <sup>05</sup>	16 <sup>30</sup> -16 <sup>40</sup>	16 <sup>30</sup> -16 <sup>40</sup>	16 <sup>35</sup> -16 <sup>45</sup>		- физ. занятия на воздухе
15	Прогулка, игры, уход детей домой	16 <sup>50</sup> -19 <sup>00</sup>	17 <sup>05</sup> -19 <sup>00</sup>	16 <sup>40</sup> -19 <sup>00</sup>	16 <sup>40</sup> -19 <sup>00</sup>	16 <sup>40</sup> -19 <sup>00</sup>		- воздушные ванны

16	Образовательная деятельность в процессе организации различных видов деятельности	20м	30м	40	1ч 10м	1ч 30 м	 - хождение босиком  - гимнастика после сна <b>Б</b> — оздоровительный бег
17	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов	6ч 45м	6ч 30м	6ч 35м	6ч 30м	6ч 25м	
18	Самостоятельная деятельность	4ч 55м	5ч 00м	4ч 45м	4ч 20м	4ч 05м	
19	Движительный режим	5ч 35м	5ч 50м	6ч 10м	6ч 25м	6ч 35м	