



Утверждаю

Заведующий МАДОУ д/с № 78  
Е.Э. Блинова  
приказ №515-о от 01.08.2024г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**/холодный период года/**  
**I младшая группа**

Приём воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	07.00 - 07.45
Утренняя гимнастика	07.45 – 07.55
Гигиенические процедуры, самообслуживание	07.55 – 08.15
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 1 (завтрак)	08.15 - 09.00
Организованная образовательная деятельность с перерывами между занятиями не менее 10 минут	09.00 – 09.30
Подготовка к приему пищи № 2 (второй завтрак)	09.30 – 09.55
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, одевание	09.55 – 10.15
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры, в т.ч. игры средней и высокой подвижности)	10.15 – 11.25
Возвращение с прогулки (гигиенические процедуры, самообслуживание)	11.25 – 11.40
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	11.40 – 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.30
Постепенный подъем (воздушные, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика)	15.30 – 15.50
Подготовка к приему пищи № 4 (полдник)	15.50 – 16.10
Совместная деятельность педагога с детьми	16.05 – 16.25
Гигиенические процедуры, самообслуживание	16.25 – 16.40
Подготовка к приему пищи № 5 (ужин)	16.40 – 17.10
Прогулка на свежем воздухе	17.10 – 19.00
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	До 19.00

**Суточный режим:**

Отдых – дневной сон – 3 ч. 10 мин.

Прогулка на свежем воздухе – 3 часа