

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ от 30.08.2023 г. № 20  
Заведующий ГБДОУ детским садом № 45

\_\_\_\_\_ Ж.Ю.Скапишева

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года)  
для детей РАЗНОВОЗРАСТНОЙ группы (3-5) лет**

<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>7.00 – 8.25</b>	Прием детей, самостоятельные игры детей, гигиенические процедуры
<b>8.25 – 8.40</b>	Утренняя гимнастика с элементами закаливания
<b>8.40 – 9.10</b>	Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов
<b>9.10 – 10.00</b>	Занятие ( <i>2 вида деятельности по 15-20 минут с 10 минутным перерывом, в середине – физкультминутка</i> )*
<b>10.00 – 10.25</b>	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак. Подготовка к прогулке
<b>10.25 – 12.05</b>	Прогулка (игры, наблюдения, подвижные игры, двигательная активность детей, самостоятельная деятельность воспитанников)
<b>12.05 – 12.25</b>	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры
<b>12.25 – 13.00</b>	Подготовка к обеду, обед, полоскание горла, подготовка ко сну
<b>13.00 – 15.10</b>	Дневной сон
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>15.10 – 15.35</b>	Подъем детей, бодрящая гимнастика, оздоровительные мероприятия, одевание, подготовка к полднику
<b>15.35 – 16.20</b>	Полдник, самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.20 - 16.40</b>	Занятие*, самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.40 -19.00</b>	Подготовка к вечерней прогулке Прогулка (подвижные игры, самостоятельная деятельность воспитанников, двигательная активность детей), беседы с родителями. Уход детей домой

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение  
дня (холодный период года)  
для детей СТАРШЕЙ группы**

<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>7.00 – 8.30</b>	Прием детей, самостоятельные игры детей, гигиенические процедуры
<b>8.30 – 8.45</b>	Утренняя гимнастика с элементами закаливания
<b>8.45 – 9.15</b>	Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов
<b>9.15 – 09.40</b>	Занятие ( <i>25 минут, в середине – физкультминутка</i> )
<b>9.50 – 10.15</b>	Занятие ( <i>25 минут, в середине – физкультминутка</i> )
<b>10.15 – 10.25</b>	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
<b>10.25 – 10.50</b>	Занятие ( <i>25 минут, в середине – физкультминутка</i> )
<b>10.50 – 12.35</b>	Прогулка (игры, наблюдения, подвижные игры, двигательная активность детей, самостоятельная деятельность воспитанников)
<b>12.35 – 12.45</b>	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры
<b>12.45– 13.10</b>	Подготовка к обеду, обед, полоскание горла, подготовка ко сну
<b>13.10 – 15.10</b>	Дневной сон
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>15.10 – 15.35</b>	Подъем детей, бодрящая гимнастика, оздоровительные мероприятия, одевание, подготовка к полднику
<b>15.35 – 16.00</b>	Полдник, самостоятельная деятельность
<b>16.00 – 16.25</b>	Занятие*/ самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.25 – 16.40</b>	Самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.40 -19.00</b>	Прогулка (подвижные игры, самостоятельная деятельность воспитанников, двигательная активность детей), беседы с родителями). Уход детей домой.

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года)  
для детей ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ группы**

<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>7.00 – 8.35</b>	Прием детей, самостоятельные игры детей, гигиенические процедуры
<b>8.30 – 8.45</b>	Утренняя гимнастика с элементами закаливания
<b>8.45 – 9.05</b>	Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов
<b>9.15 – 09.45</b>	Занятие <i>(30 минут, в середине – физкультминутка)</i>
<b>9.55 – 10.25</b>	Занятие <i>(30 минут, в середине – физкультминутка)</i>
<b>10.25 – 10.40</b>	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
<b>10.40 – 11.10</b>	Занятие <i>(30 минут, в середине – физкультминутка)</i>
<b>11.10 – 12.40</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, подвижные игры, двигательная активность детей, самостоятельная деятельность воспитанников)
<b>12.40 – 12.50</b>	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры
<b>12.50– 13.15</b>	Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну
<b>13.15 – 15.15</b>	Дневной сон
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>15.15 – 15.35</b>	Подъем детей, бодрящая гимнастика, одевание, подготовка к полднику
<b>15.35 – 15.50</b>	Полдник
<b>15.50 – 16.25</b>	Самостоятельная деятельность воспитанников.
<b>16.25 – 16.55</b>	Занятие*/самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.55 -19.00</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, самостоятельная деятельность воспитанников, двигательная активность детей), беседы с родителями. Уход детей домой

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(холодный период года)  
для детей ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ группы**

<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>7.00 – 8.35</b>	Прием детей, самостоятельные игры детей, гигиенические процедуры
<b>8.30 – 8.45</b>	Утренняя гимнастика с элементами закаливания
<b>8.45 – 9.05</b>	Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов
<b>9.15 – 09.45</b>	Занятие (30 минут, в середине – физкультминутка)
<b>9.55 – 10.25</b>	Занятие (30 минут, в середине – физкультминутка)
<b>10.25 – 10.40</b>	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
<b>10.40 – 11.10</b>	Занятие (30 минут, в середине – физкультминутка)
<b>11.10 – 12.40</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, подвижные игры, двигательная активность детей, самостоятельная деятельность воспитанников)
<b>12.40 – 12.50</b>	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры
<b>12.50– 13.15</b>	Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну
<b>13.15 – 15.15</b>	Дневной сон
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>	
<b>15.15 – 15.35</b>	Подъем детей, бодрящая гимнастика, одевание, подготовка к полднику
<b>15.35 – 15.50</b>	Полдник
<b>15.50 – 16.25</b>	Самостоятельная деятельность воспитанников.
<b>16.25 – 16.55</b>	Занятие*/ самостоятельная деятельность воспитанников
<b>16.55 -19.00</b>	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, самостоятельная деятельность воспитанников, двигательная активность детей), беседы с родителями. Уход детей домой

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года)  
для детей младшего дошкольного возраста**

<b>младший дошкольный возраст</b>		
Режимные моменты	<i>младшая группа (от 3 до 4 лет)</i>	<i>средняя группа (от 4 до 5 лет)</i>
<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>		
Утренний прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика (на воздухе), оздоровительный бег	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40

Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов	8.30 – 9.10	8.40 – 9.10
Игры, совместная образовательная деятельность	9.10 - 9.40	9.10 – 9.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40 – 9.55	9.40 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка») Закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны)	9.55 -11.55	9.55 -11.55
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.50	12.10 – 12.50
Полоскание горла, подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.10	12.50 – 15.10
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>		
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика (на улице), закаливающие и гигиенические процедуры	15.10 – 15.40	15.10 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.40- - 16.10	15.35 - 16.10
Совместная деятельность	16.10 – 19.00	16.10 – 19.00
Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.		
Беседы с родителями детей. Уход домой.	До 19.00	До 19.00
<p>В летний период занятия проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, праздники, спортивные праздники, а также увеличивать продолжительность прогулок.</p>		

**Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня  
(теплый период года)  
для детей старшего дошкольного возраста**

**старший дошкольный возраст**

Режимные моменты	<i>старшая группа (от 5 до 6 лет).</i>	<i>подготовит. группа (от 6 до 7 лет)</i>
<b>ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>		
Утренний прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7.00 – 8.00	7.00 – 7.45
Утренняя гимнастика (на воздухе), оздоровительный бег	8.05 – 8.20	7.50 – 8.05
Подготовка к завтраку, завтрак, чистка зубов	8.20 – 9.00	8.20 – 9.00
Игры, совместная образовательная деятельность	9.00 – 9.20	9.00 – 9.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная образовательная деятельность на воздухе («физкультура» или «музыка») Закаливающие мероприятия (солнечные, воздушные ванны)	9.45 -12.10	9.45 -12.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.10	12.30 – 13.10

Полоскание горла, подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.10	13.10 – 15.10
<b>ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ</b>		
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика (на улице), закаливающие и гигиенические процедуры	15.10 -15.40	15.10 -15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00
Совместная деятельность Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.	16.00 - 19.00	16.00 - 19.00
Беседы с родителями детей. Уход домой.	До 19.00	До 19.00
<p>В летний период непрерывную образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, праздники, спортивные праздники, а также увеличивать продолжительность прогулок.</p>		