

# РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОСНОВНЫХ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

на холодный период 2020-2021 учебного года

для детей младшей разновозрастной группы

(на основе основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Ладомирский детский сад» и Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049 – 13)

Время	Режимные моменты
7.30—8.25	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика
8.25—8.40	Подготовка к завтраку, завтрак (8.30)
8.40—9.00	Самостоятельные игры, подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 9.40	Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе
9.40 -9.50	2й завтрак
9.50 – 11.50	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
11.50—12.20	Подготовка к обеду, обед (12.00.)
12.20—15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00—15.20	Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные процедуры
15.20—15.40	Подготовка к полднику, полдник (15.30)
15.40—16.00	Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам (в пятницу – организованная двигательная деятельность на улице 15 мин.)
16.00 – 17.30	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой

## РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОСНОВНЫХ РЕЖИМНЫХ МОМЕНТОВ

на холодный период 2020-2021 учебного года

(для детей старшей разновозрастной группы)

(на основе основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ

«Ладомировский детский сад» и Санитарно-

эпидемиологических правил нормативов СанПиН 2.4.1.3049 – 13)

Время	Режимные моменты
7.30—8.40	Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми
8.40—8.55	Подготовка к завтраку, завтрак (8.45)
8.55—9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 10.10	Образовательные развивающие ситуации на игровой основе. Общая длительность, <b>включая перерыв.</b>
10.10-10.15	2й завтрак
10.15–12.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.20—12.50	Подготовка к обеду, обед (12.30)
12.50—13.00	Релаксирующая гимнастика перед сном
13.00—15.00	Подготовка ко сну, сон
15.00—15.30	Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, гигиенические процедуры
15.30—15.50	Подготовка к полднику, полдник (15.40)
15.50—16.20	Образовательные развивающие ситуации на игровой основе
16.20 – 17.30	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой