

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
МБДОУ Детский сад № 8 «Олененок»
от «15» февраля 2021 года № 13-о

Режим жизнедеятельности воспитанников от 2 месяцев до 1 года

Возраст детей	Приём пищи		Бодрствование		В том числе максимально допустимый объём образовательной нагрузки	Сон			
	Количество приёмов	Интервал, ч	Максимальное, ч	Количество периодов		Количество периодов сна	Длительность каждого периода, ч		Количество часов сна в сутки
							Дневной	Ночной	
от 2 до 6 месяцев	6	3,5	1,5-2	5	Образовательная деятельность реализуется при непосредственном эмоциональном общении в период бодрствования	5	2-1,5	11-10	19-16
от 6 до 9 месяцев	5	4	2-2,5	4		4	2-1,5	11-10	17-14,5
от 9 месяцев до 1 года	5-4	4,5-3	2,5-3,5	2		3	Первый - 2,5, второй - 2	11-10	15,5-14,5

Режим жизнедеятельности воспитанников (теплый период года)
для детей от 1 года до 8 лет

№	Организация детей	Время				
		Вторая младшая группа раннего возраста	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
1.	Прием детей (на улице), смотр, игры, дежурство	07.30 - 08.15	07.30 - 08.15	07.30 - 08.15	07.30 - 08.15	07.30 - 08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.15 - 08.19	08.15 - 08.19	08.15 - 08.20	08.15 - 08.25	08.20 - 08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.19 - 08.50	08.19 - 08.50	08.20 - 08.55	08.25 - 08.55	08.30 - 08.55
4.	Подготовка к прогулке, занятию, выход на прогулку (занятия)	08.50 - 09.15	08.50 - 09.15	08.55 - 09.15	08.55 - 09.20	08.55 - 09.15
5.	Непосредственно образовательная деятельность на участке	09.15 - 09.45 по подгруппам	09.15 - 09.45 по подгруппам	09.15 - 09.30	09.20 - 09.40	09.15 - 09.40
6.	Подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак	09.45 - 09.55	09.45 - 09.55	09.49 - 10.00	09.50 - 10.00	10.00 - 10.10

7.	Игры, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.55 - 11.30	09.55 - 11.30	09.30 - 11.40	09.40 - 11.35	09.40 - 12.15
8.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 - 11.50	11.30 - 11.50	11.40 - 12.00	11.35 - 12.00	12.15 - 12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.20	11.50 - 12.20	12.00 -12.20	12.00 -12.35	12.30 -13.00
10.	Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.20 - 15.10	12.20 - 15.10	12.20 -15.10	12.35- 15.10	13.00 -15.10
11.	Пробуждение, индивидуальная работа, закаливающие процедуры	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.10 -15.20	15.10 -15.20	15.10 -15.20
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.20 - 15.45	15.20 - 15.45	15.20 -15.40	15.20 -15.35	15.20 -15.30
13.	Подготовка к прогулке, к занятиям, прогулка, занятия, игры, наблюдения на участке	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.40 -18.00	15.35 -18.00	15.30 -18.10
14.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00 - 18.15	18.00 - 18.15	18.00 -18.15	18.00-18.15	18.10-18.25
15.	Подготовка к ужину, ужин	18.15 - 18.45	18.15 - 18.45	18.15-18.45	18.15 -18.45	18.25 -18.45
16.	Игры на свежем воздухе, взаимодействие с родителями	18.45 -19.30	18.45 -19.30	18.45 -19.30	18.45 -19.30	18.45 -19.30

**Режим жизнедеятельности воспитанников (холодный период года)
для детей от 1 года до 8 лет**

№	Организация детей	Время				
		Вторая младшая группа раннего возраста	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
1.	Прием детей, смотр, игры, дежурство	07.30 - 08.15	07.30 - 08.15	07.30 -08.15	07.30 -08.15	07.30 -08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.15 - 08.19	08.15 - 08.19	08.15 -08.20	08.15 -08.25	08.20 -08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.19 -08.50	08.19 -08.50	08.20 -08.55	08.25 -08.55	08.30 -08.55
4.	Игра, самостоятельная деятельность	08.50- 09.30 по подгруппам	08.50- 09.30 по подгруппам	08.55 -09.00	08.55 -09.00	08.55 -09.00
5.	Организованная детская деятельность, занятия (перерыв между - 10 мин.)	09.00 - 09.30 по подгруппам	09.00 - 09.30 по подгруппам	09.00 -09.40	09.00 -09.50	09.00 -09.55
6.	Второй завтрак	09.30-09.40	09.30-09.40	09.40 -09.50	09.50 -10.00	09.55- 10.05
7.	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.40 - 11.30	09.40 - 11.30	09.50 -11.55	10.00 -12.10	10.05 -12.25
8.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 - 11.50	11.30 - 11.50	11.55 -12.00	12.10 -12.30	12.25 -12.40

9.	Подготовка к обеду, обед	11.50 -12.20	11.50 -12.20	12.00 -12.40	12.30 -13.00	12.40 -13.10
10.	Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.20-15.00	12.20-15.00	12.40 -15.00	13.00 -15.00	13.10 -15.00
11.	Пробуждение, индивидуальная работа, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00 -15.25	15.00 -15.25	15.00 -15.25
12.	Полдник	15.15-15.25	15.15-15.25	15.25 -15.40	15.25 -15.40	15.25 -15.40
13.	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.25 - 16.15	15.25 - 16.15	15.40 -16.30	15.40 -16.40	15.40 -16.40
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (по погодным условиям)	16.15-17.30	16.15-17.30	16.30 -17.50	16.40 -17.50	16.40 -18.00
15.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.30-18.00	17.30-18.00	17.50-18.15	17.50-18.15	18.00- 18.20
16.	Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30	18.00-18.30	18.15-18.45	18.15-18.45	18.20 -18.45
17.	Игры на свежем воздухе, взаимодействие с родителями	18.30-19.30	18.30-19.30	18.45-19.30	18.45 -19.30	18.45 -19.30