

**Режим дня воспитанников МБДОУ № 30 г. Кировска
на период полярной ночи**

Режимные моменты	От 1 до 3		От 3 до 5		От 5 до 7	
	1-1г.6м	1г.6м - 3	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00 -8.10		7-00-8.20		7.00 – 8.30	
Утренняя гимнастика		8.10 – 8.20	8.20-8.30		8.30-8.40	
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30		8.30-8.55		8.40 – 9.00	
Самостоятельная деятельность, подготовка к непосредственно-образовательной деятельности	8.30-9.30	8.30 – 9.05	8.55-9.05		9.00-9.10	
Непосредственно-образовательная деятельность (с 10-минутным перерывом между занятиями) I занятие		9.05-9.15-9.25 (по подгруппам)	9.05- 9.20	9.05-9.25	9.10-9.35	9.10-9.40
II занятие		15.20-15.30- 15.40 (по подгруппам)	9.35-9.50	9.35-9.55	9.50-10.10	9.50-10.20
III занятие (во 2 половину дня)			--	--	--	15.30-16.00
Второй завтрак	9.30		9.30		9.40	
Подготовка ко сну, 1 сон	9.30-11.30	--	--		--	
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	--	9.35 – 10.50	9.50-11.20	9.55-11.20	10.20 – 12.00	
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	--	10.50 – 11.50	11.20-12.00	11.20-12.15	12.00 – 12.30	
Постепенный подъем, обед	11.30-12.00	--	--		--	
Самостоятельная деятельность	12.00-12.10	--	--		--	

Подготовка и проведение игры-занятия (по подгруппам)	12.10-12.20 12.30-12.40	--	--	--
Подготовка к прогулке, прогулка	12.40-14.10	--	--	--
Подготовка ко сну, дневной сон	--	11.50 – 15.05	12.00-15.05 12.15 – 15.05	12.30– 15.10
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры бодрящая гимнастика, игры	--	15.05 – 15.10	15.05-15.10	15.10– 15.15
Полдник	14.10-14.20	15.10 – 15.20	15.10-15.20	15.15-15.25
Подготовка ко сну, 2 сон	14.20-16.00	--	--	--
Индивидуальная педагогическая работа игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность	--	15.20-16.00	15.20-16.10	15.25- 16.20
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры бодрящая гимнастика	16.00-16.10	--	--	--
Подготовка к ужину, ужин	16.10-16.30	16.00 – 16.30	16.10-16.40	16.20-16.50
Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игры	16.30-17.00		16.40-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, прогулка	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00-18.40	18.00-18.40	18.00-18.40	18.00-18.40
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00