

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 34/1
« 02 » сентября 2024 г.



Группа раннего возраста (от 1 до 2 лет)

Режимные моменты	от 1 г. до 1 г. 6 мес.	от 1 г. 6 мес. до 2 лет
дома		
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
В дошкольном учреждении (холодный период года)		
Прием детей, игра	7.00-8.00	7.00-7.50
Утренняя гимнастика	—	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30
Игра (самостоятельная деятельность)	8.30-9.50	8.30-9.00
Игра-занятие 1 (по подгруппам)	—	9.00-9.10/9.15-9.25
Игра (самостоятельная деятельность)	-	9.25-9.50
Второй завтрак	9.50.-10.00	9.50.-10.00
Подготовка ко сну, сон (постепенный подъем)	10.00-12.00	-
Подготовка к прогулке	—	10.00-10.10
Прогулка	-	10.10-11.10
Возвращение с прогулки, игры	—	11.10-11.40
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	11.40-12.05
Подготовка ко сну, сон (постепенный подъем)	—	12.05-15.05
Игры	12.30-14.10	—
Игра-занятие 1 (по подгруппам)	13.00-13.10/13.15-13.25	—
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	13.45-13.55/14.00-14.10	—
Подготовка ко сну, сон	14.10-15.45	—
Постепенный подъем, уплотненный полдник	15.45-16.15	15.05-15.30
Игра	16.15-16.45	15.30-16.00
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	—	16.00-16.10/ 16.15-16.25
Подготовка к прогулке	16.45-16.55	16.25-16.35
Прогулка	16.55-17.55	16.35-17.55
Возвращение с прогулки	17.55-18.05	17.55-18.05
Подготовка к ужину, ужин	18.05-18.20	18.05-18.20
Игры. Уход домой	18.20-19.00	18.20-19.00
Дома		
Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00	20.00-20.30
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)	20.30-6.30-7.30

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 0411
«02» сентября 2024 г.

Средняя группа (от 4 до 5 лет) № 2

Режимные моменты	Время
дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры. Утренний сбор.	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20 9.30 -9.50
Самостоятельная деятельность детей;	9.50-10.30
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъем, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры.	15.40-16.10
Организованная образовательная деятельность	16.10-16.30 (3 р/в нед)
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Уход детей домой	18.50-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 5411
« 02 » сентября 2024 г.

Младшая группа (от 3 до 4 лет) № 3

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры. Утренний сбор.	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25 -9.40
Самостоятельная деятельность, игры.	9.40-10.30
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры.	15.40-16.00
Организованная образовательная деятельность	15.45-16.00 (2 р/ в нед)
Подготовка к прогулке	16.00-16.10
Прогулка	16.10-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Уход детей домой	18.50 -19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02» февраля 2024 г.

Младшая группа (от 3 до 4 лет) № 4

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры. Утренний сбор.	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25 -9.40
Самостоятельная деятельность, игры.	9.40-10.30
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры.	15.40-16.00
Организованная образовательная деятельность	15.45-16.00 (2 р/ в нед)
Подготовка к прогулке	16.00-16.10
Прогулка	16.10-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Уход детей домой	18.50 -19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02» сентября 2024 г.

Средняя группа (от 4 до 5 лет) № 5

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры. Утренний сбор.	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Самостоятельная деятельность детей;	9.50-10.30
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры.	15.40-16.05
Организованная образовательная деятельность	15.45-16.05 (2 р/в нед)
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.05-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Уход детей домой	18.50-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
« 02 » 2024 г.

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) № 6

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей, игра	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.25
Игра (самостоятельная деятельность)	8.25-8.55
Игра-занятие (по подгруппам)	9.30- 9.40/ 9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке	10.10-10.20
Прогулка	10.20-11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, сон (постеп.подъем)	12.10-15.00
Постепенный подъём, уплотнённый полдник	15.00- 15.30
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	15.30-15.40/ 15.50-16.00
Подготовка к прогулке	16.00-16.15
Прогулка	16.15-18.00
Возвращение с прогулки	18.00-18.15
Подготовка к ужину, ужин	18.15-18.30 18.30-18.50
Уход домой	18.50-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
« 02 » сентября 2024 г.



Младшая группа (от 3 до 4 лет) № 7

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры. Утренний сбор.	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15
Самостоятельная деятельность, игры.	9.40-10.30
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры.	15.40-16.15
Организованная образовательная деятельность	15.45-16.00/ 16.00-16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.15-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Уход детей домой	18.50 -19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 541/1
«02» сентября 2024 г.

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) № 8

Режимные моменты	Время
дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей, игра	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.25
Игра (самостоятельная деятельность)	8.25-8.55
Игра-занятие (по подгруппам)	9.30- 9.40/ 9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке	10.10-10.20
Прогулка	10.20-11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, сон (постеп.подъем)	12.10-15.00
Постепенный подъём, уплотнённый полдник	15.00- 15.30
Игра	15.30-16.00
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	15.30-15.40/ 15.50-16.00
Подготовка к прогулке	16.00-16.15
Прогулка	16.15-18.00
Возвращение с прогулки	18.00-18.15
Подготовка к ужину, ужин	18.15-18.30 18.30-18.50
Уход домой	18.50-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02.» 2024 г.

Старшая группа (от 5 до 6 лет) № 9

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв между занятиями 10 минут)	9.00-10.30
Самостоятельная деятельность.	10.00-10.30 (2 р/в нед)
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.05
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.05-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02» сентября 2024 г.

**Разновозрастная группа
для детей с ЗПР (3-7(8) лет) № 10**

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство.	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв между занятиями 10 минут)	9.00-10.50 (от 15 до 30 минут)
2-ой завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду. Обед.	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
постепенный подъем, гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.40
Игры, занятия со специалистами	15.40-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.10-18.20
Возвращение с прогулки	18.20-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-18.50
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.50-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
« 02 » _____ 2024 г.

Старшая группа (от 5 до 6 лет) № 11

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.25 -/9.35-10.00
Самостоятельная деятельность.	10.00-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
Уплотнённый полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.50 (3 р/в нед)
Организованная образовательная деятельность	16.25-16.50 (2 р/в нед)
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.50/-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02» сентября 2024 г.

Подготовительная группа (от 6 до 7(8) лет) № 12

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30- /9.40-10.10
Самостоятельная деятельность.	10.10-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.10 (3 р/в нед)
Организованная образовательная деятельность	15.40-16.10 (2 р/в нед)
Подготовка к прогулке	16.10-16.20
Прогулка	16.20-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
С.И. Слепцова
Приказ № 54/1
«02» сентября 2024 г.



Подготовительная группа (от 6 до 7(8) лет) № 13

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30- /9.40-10.10
Самостоятельная деятельность.	10.10-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
Уплотнённый полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.40 (2 р/в нед)
Организованная образовательная деятельность	16.10-16.40 (2 р/в нед)
Подготовка к прогулке	16.10-16.20
Прогулка	16.20-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
« 02 » сентября 2024 г.

Разновозрастная группа (от 4 до 6 лет) № 14

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность.	7.00-8.05
Дежурство	
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20/25 -/9.35-9.55/10.00
Самостоятельная деятельность.	10.00-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.10
Подготовка к прогулке	16.05/16.10- 16.20
Прогулка	16.10/16.20- 18.20/18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 54/1
« 02 » сентября 2024 г.

Разновозрастная группа (от 5 до 7(8) лет) № 15

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (перерыв между занятиями 10 минут)	9.00-10.30
Самостоятельная деятельность.	10.10-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.10 (4 р/в нед)
Организованная образовательная деятельность	15.40-16.10 (1 р/в нед)
Подготовка к прогулке	16.10-16.20
Прогулка	16.20-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ г. Иркутска
МБДОУ детского сада № 7
О.И. Слепцова
Приказ № 5411
«02» сентября 2024 г.

Подготовительная группа (от 6 до 7(8) лет) № 16

Режимные моменты	Время
Дома	
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении (холодный период года)	
Приём детей. Игры и самостоятельная деятельность. Дежурство	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Самостоятельная деятельность. Утренний сбор.	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30- /9.40-10.10
Самостоятельная деятельность.	10.10-10.30
2 завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка	11.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.10-15.30
Подготовка к полднику	
полдник	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность.	15.40-16.10
Подготовка к прогулке	16.10-16.20
Прогулка	16.20-18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Подготовка к ужину, ужин	18.40-18.55
уход детей домой	18.55-19.00
Дома	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Ночной сон	21.00-6.30 (9.30)