

Департамент образования комитета  
по социальной политике и культуре администрации г. Иркутска  
**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
города Иркутска образовательный комплекс «Лесной»  
(МАОУ г. Иркутска ОК «Лесной»)**

664035, г. Иркутск, мкр. Лесной, ул. Девичья, стр. 20  
тел./факс: 8(3952)48-66-33, e-mail: [school33irk@mail.ru](mailto:school33irk@mail.ru)  
ОГРН 1193850023487, ИНН/КПП 3849074382/384901001

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительная группа №5, 10 (6-7 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
07:00-08:00	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность
08:00-08:10	Утренняя зарядка (гимнастика)
08:10-08:20	Утренний круг
08:20-08:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
08:30-09:00	Завтрак
09:00-10:10	Организованная образовательная деятельность по расписанию (перерывы между занятиями 10 мин)
10:10-10:30	Игры, самостоятельная деятельность детей
10:30-10:50	Второй завтрак
10:50-12:00	Прогулка
12:00-13:00	Обед
13:00-15:30	Дневной сон
15:30-16:00	Уплотненный полдник
16:00-16:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, организованная образовательная деятельность (по расписанию)
16:30-18:30	Прогулка
18:30-18:50	Ужин
18:50-19:00	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Старшая группа №1, 6 (5-6 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
07:00-08:00	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность
08:00-08:10	Утренняя зарядка (гимнастика)
08:10-08:20	Утренний круг
08:20-08:30	Игры, самостоятельная деятельность детей
08:30-09:00	Завтрак
09:00-10:00	Организованная образовательная деятельность по расписанию (перерывы между занятиями 10 мин)
10:00-10:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
10:30-10:50	Второй завтрак
10:50-12:00	Прогулка
12:00-13:00	Обед
13:00-15:30	Дневной сон
15:30-16:00	Уплотненный полдник
16:00-16:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, организованная образовательная деятельность (по расписанию)
16:30-18:30	Прогулка
18:30-18:50	Ужин
18:50-19:00	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Средняя группа №7,11 (4-5 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
07:00-08:00	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность
08:00-08:10	Утренняя зарядка (гимнастика)
08:10-08:20	Утренний круг
08:20-08:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
08:30-09:00	Завтрак
09:00-09:50	Организованная образовательная деятельность по расписанию (перерывы между занятиями 10 мин)
09:50-10:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
10:30-10:50	Второй завтрак
10:50-12:00	Прогулка
12:00-13:00	Обед
13:00-15:30	Дневной сон
15:30-16:00	Уплотненный полдник
16:00-16:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
16:30-18:30	Прогулка
18:30-18:50	Ужин
18:50-19:00	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Вторая младшая группа №4,8,9 (3-4 года)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
07:00-08:00	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность
08:00-08:10	Утренняя зарядка (гимнастика)
08:10-08:20	Утренний круг
08:20-08:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
08:30-09:00	Завтрак
09:00-09:40	Организованная образовательная деятельность по расписанию (перерывы между занятиями 10 мин)
09:40-10:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
10:30-10:50	Второй завтрак
10:50-12:00	Прогулка
12:00-13:00	Обед
13:00-15:30	Дневной сон
15:30-16:00	Уплотненный полдник
16:00-16:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
16:30-18:30	Прогулка
18:30-18:50	Ужин
18:50-19:00	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Разновозрастная и вторая младшая группа №2,3 (1-3 года)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
07:00-08:00	Утренний прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность
08:00-08:10	Утренняя зарядка (гимнастика)
08:10-08:20	Утренний круг
08:20-08:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
08:30-09:00	Завтрак
09:00-09:30	Организованная образовательная деятельность по расписанию (перерывы между занятиями 10 мин)
09:30-10:00	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
10:00-10:30	Второй завтрак
10:30-11:30	Прогулка
11:30-12:30	Обед
12:30-15:30	Дневной сон
15:30-16:00	Уплотненный полдник
16:00-16:30	Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы
16:30-18:30	Прогулка
18:30-18:50	Ужин
18:50-19:00	Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой