

Утверждаю:



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 11  
«Антошка» ЗМР РТ

Р.Р. Бидалова  
Приказ № 41-0 от « 19 » августа 2023г.

**Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми в старшей группы № 1**

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика								
8.10 – 8.30	Самостоятельная игровая деятельность, игры								
8.30 – 8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.50 – 9.15	ООД	8.50 – 9.15 9.25-9.50	ООД (п/п)	8.50 – 9.15 9.25 -9.50	ООД	8.50 - 9.00	Свободная деятельность детей	8.50 -9.00	Свободная деятельность детей
9.15 – 10.00	Свободная деятельность детей	9.50-10.00	Свободная деятельность детей	9.50 - 10.10	Свободная деятельность детей	9.00 – 9.25 9.45-10.10	ООД	9.00 – 9.25 9.35 – 10.05	ООД
10.00-10.25	ООД	10.00-10.10	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.45	Свободная деятельность детей	10.05-10.20	Второй завтрак
10.25-10.35	Второй завтрак	10.10-10.35	ООД	10.20-10.40	Свободная деятельность детей	10.45-10.55	Второй завтрак	10.20-10.45	ООД
		10.35-11.00	Свободная						

Заведующий МБДОУ «Детский сад  
 общеразвивающего вида № 11  
 «Антошка» ЗМР РТ

Р.Р. Биалалова

Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми в старшей группы № 1

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика								
8.10 – 8.30	Самостоятельная игровая деятельность, игры								
8.30 – 8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.50 – 9.15	ООД	8.50 – 9.15 9.25-9.50	ООД (п/п)	8.50 – 9.15 9.25 -9.50	ООД	8.50 - 9.00	Свободная деятельность детей	8.50 -9.00	Свободная деятельность детей
9.15 – 10.00	Свободная деятельность детей	9.50-10.00	Свободная деятельность детей	9.50 - 10.10	Свободная деятельность детей	9.00 – 9.25 9.45-10.10	ООД	9.00 – 9.25 9.35 – 10.05	ООД
10.00-10.25	ООД	10.00-10.10	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.45	Свободная деятельность детей	10.05-10.20	Второй завтрак
10.25-10.35	Второй завтрак	10.10-10.35	ООД	10.20-10.40	Свободная деятельность детей	10.45-10.55	Второй завтрак	10.20-10.45	ООД
		10.35-11.00	Свободная деятельность						

			детей						
10.35-11.00	Свободная деятельность детей	11.00 -12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка	10.55-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка	10.45-11.00	Свободная деятельность детей
11.00-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка							11.00-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.15	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.15-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.30-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00-16.30	Самостоятельная деятельность детей, игры								
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).								
<i>Прогулка всего</i>	<i>3 ч. 00 мин</i>	<i>3 ч. 00 мин</i>		<i>3 ч. 20 мин</i>		<i>3 ч. 05 мин</i>		<i>3 ч. 00 мин</i>	

### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) 5-6 лет
Физкультурные занятия	в помещении	3 раза в неделю 25 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	2 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 25 мин.

	день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми второй группы раннего возраста № 2

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30-8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00-8.10	Утренняя гимнастика								
8.30-8.45	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.30-9.00	Свободная деятельность детей	8.30-9.00	Свободная деятельность детей	8.30 -9.00	Свободная деятельность детей	8.30-9.00	Свободная деятельность детей	8.30-9.00	Свободная деятельность детей
9.00-9.10	ООД (подгруппы)	9.00-9.10	ООД	9.00-9.10	ООД (подгруппы)	9.00-9.10	ООД (подгруппы)	9.00-9.10	ООД (1 подгруппа)
9.20-9.30		9.20-9.30		9.20-9.30		9.20-9.30		9.20-9.30	
9.40-9.50	Свободная деятельность детей	9.20-9.30	ООД			9.30-9.50	Свободная деятельность детей	9.20-9.30 ООД	
		9.40-9.50							
10.30-10.45	Второй завтрак								
10.00-11.10	Подготовка к прогулке. Прогулка								
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b>								
11.20-12.00	<b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация). <b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны)								
12.30-15.30	Дневной сон (здоровье)								
15.30-15.40	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-								

	гигиенических навыков)				
16.00-16.20	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)				
16.00-16.30	Свободная деятельность детей. Самостоятельная игровая деятельность, игры				
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность,				
До 18.30	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация)				
Прогулка всего	3ч.10мин	3ч.10мин	3ч.10мин	3ч.10мин	3ч.10мин

**Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми подготовительной к школе группы № 3**

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.30	Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность, чтение литературы, подготовка к завтраку.								
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак								
8.50 -9.00	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.50 -9.00	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -8.50.	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -9.00	Утренний круг. Игровая, самост. Деят., подготовка к ОД.	8.50 -9.00	Утренний круг. Игровая, самост. Деятел., подготовка к ОД.
9.00-9.25 9.30-10.00	ООД по подгруппам	9.00-9.30	ООД	8.50-9.20 9.30-10.00	ООД	9.00-9.30 9.40-10.10	ООД	9.00-9.25 9.30-10.00 10.25-10.55	ООД
		9.30-10.30	Физ-ра на свежем воздухе, прогулка, возвращение с прогулки			10.10-10.40	самостоятельная деятельность второй завтрак		
10.50 -11.00	второй завтрак, подготовка к прогулке	10.30-10.50	второй завтрак	10.00-10.40	Самостоятельная деятельность второй завтрак	10.40-11.10	ООД	10.45-10.50	Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке
		10.50-11.20	ООД	10.40-11.50	подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.00	подготовка к прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду		
11.00-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20-12.00	Самостоятельная деятельность гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.50-12.00	возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду			11.00-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.00-13.00	Обед								

13.00-15.30	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем.				
15.30-16.00	Полдник ,ужин.				
16.00-16.30	Организованная образовательная деятельность. Вечерний круг. Самостоятельная игровая деятельность, чтение литературы, гигиенические процедуры.				
16.30-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения. Уход детей домой.				
Прогулка всего	3ч.	3ч.10мин	3ч.10мин	2ч.50мин	3ч.

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми второй группы раннего возраста №4

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.05 – 8.15	Утренняя гимнастика								
8.15– 9.00	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
9.10 -9.20, 9.30-9.40, 9.50-10.00	Свободная деятельность детей	9.10-9.20, 9.30-9.40, 9.50-10.00	Свободная деятельность детей	9.00-9.20, 9.30-9.40, 9.50-10.10	Свободная деятельность детей	9.10-9.20, 9.30-9.40, 9.50-10.00	Свободная деятельность	9.10-9.20, 9.30-9.40, 9.50-10.10	Свободная деятельность детей

9.00-9.10 9.20-9.30	ООД (рисование)	9.00-9.10 9.20-9.30	ООД (окр.мир)	8.50-9.00	ООД (музразвит.)	9.00-9.10 9.20-9.30	ООД (развитие речи)	9.00-9.10	ООД (музыка)
9.40-9.50 10.00-10.10	ООД (развитие речи по подгруппам)	9.40-9.50 10.00-10.10	ООД (физкультур а)	9.20-9.30 9.40-9.50	ООД (лепка, подгруппы)	9.40-9.50 10.00-10.10	ООД (физразвитие)	9.20-9.30 9.40-9.50	ФЭМП(в режимных моментах)  ООД (физразвитие)
10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак
10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20 – 11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка
11.45-12.00	<b>Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b>								
12.00-12.30	<b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация). <b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны)								
12.30-15.30	<b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.30-15.45	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.45-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00-16.30	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b>								
18.30	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).								
<i>Прогулка всего</i>	<i>3 ч. 25мин</i>	<i>3 ч.25мин.</i>		<i>3 ч.25мин</i>		<i>3ч.25мин.</i>		<i>3ч.25мин.</i>	

## Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми младшей группы № 5

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.05 – 8.15	Утренняя гимнастика								
8.15– 9.00	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
9.15 -9.55	Свободная деятельность детей	9.15-9.25, 9.40-10.10	Свободная деятельность детей	9.00-9.10, 9.25-9.35, 9.50-10.10	Свободная деятельность детей	9.15-10.10, 10.20-10.50	Свободная деятельность	9.15-9.25, 9.40-10.10	Свободная деятельность детей
9.00-9.15	ООД (музразвитие)	9.00-9.15	ООД (ФЭМП)	9.10-9.25	ООД (музразвит.)	9.00-9.15	ООД (развитие речи)	9.00-9.15	ООД физразвитие)
9.55-10.10	ООД (физразвитие)	9.25-9.40	ООД (лепка/ аппликация)	9.35-9.50	ООД (окр.мир)	10.50-11.05	ООД (физразвитие)	9.25-9.40	ООД (рисование)
10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак

10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка	11.05 – 11.50	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.45	Подготовка к прогулке Прогулка
11.45-12.00	<b>Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b>								
12.00-12.30	<b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация). <b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны)								
12.30-15.00	<b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.00-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.30-16.00	<b>Ужин</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей	16.00-16.15	Свободная деятельность детей
16.15-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b>								
До 18.30	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).								
<i>Прогулка всего</i>		<i>3 ч. 40мин</i>		<i>3 ч. 40мин</i>		<i>3ч.00мин.</i>		<i>3ч.40мин.</i>	

### **Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми первой группы раннего возраста № 6**

<b>Понедельник</b>		<b>Вторник</b>		<b>Среда</b>		<b>Четверг</b>		<b>Пятница</b>	
Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика								
8.10 – 8.40	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								

8.40 – 9.00	Свободная деятельность детей	8.40-8.50	Свободная деятельность детей	8.40-9.00	Свободная деятельность детей	8.40-9.00	Свободная деятельность детей	8.40-9.00	Свободная деятельность детей				
		8.50 – 9.00	ООД	9.00 – 9.10 9.20-9.30	ООД (подгруппы)	9.00 - 9.10	ООД	9.00-9.10 9.20-9.30	ООД (подгруппы)				
9.00 – 9.10 9.20-9.30	ООД (подгруппы)	9.00 – 9.20	Свободная деятельность детей	9.30 – 9.50	Свободная деятельность детей	9.10 – 9.40	Свободная деятельность детей	9.30 – 9.40	Свободная деятельность детей				
9.30-9.50	Свободная деятельность детей	9.20-9.30 9.40-9.50	ООД (подгруппы)							9.40 - 9.50 10.00-10.10	ООД (подгруппы)	9.40-9.50 10.00-10.10	ООД (подгруппы)
										9.50 – 10.00 10.10-10.20	ООД (подгруппы)	10.10-10.35	Свободная деятельность детей
9.50-10.00 10.10-10.20	ООД (подгруппы)	9.50-10.35	Свободная деятельность детей	10.20–10.35	Свободная деятельность детей	10.10-10.35	Свободная деятельность детей						
10.20-10.35	Свободная деятельность детей												
10.35-10.45	<b>Второй завтрак</b>												
10.45-12.00	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b>												
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).												
12.30-15.30	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)												
15.30-15.45	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)												

15.45-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)				
16.00-16.30	Самостоятельная деятельность детей, игры				
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).				
<i>Прогулка всего</i>	<i>3ч.15 мин</i>	<i>3ч.15 мин</i>	<i>3ч.15 мин</i>	<i>3ч.15 мин</i>	<i>3ч.15 мин</i>

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми второй группы раннего возраста №7

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30–8.30	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы. Утренняя гимнастика. Подготовка к завтраку								
08.30–8.50	<b>Завтрак</b>								
08.50-09.00	Свободная деятельность детей	08.50-09.10	Свободная деятельность детей	08.50-09.00	Свободная деятельность детей	08.50-09.20	Свободная деятельность детей	08.50-09.00	Свободная деятельность детей
09.00-09.10	ООД	09.10-09.20	ООД	09.00-09.10	ООД	09.20-09.30	ООД	09.00-09.10	ООД
09.20-09.30		09.30-09.40		09.20-09.30		09.40-09.50		09.20-09.30	
09.40-09.50		09.50-10.00		09.40-09.50		10.00-10.10		09.40-09.50	
10.00-10.10				10.00-10.10				10.00-10.10	
10.20-10.30	Второй завтрак	10.00-10.10	Свободная деятельность детей					10.20-10.30	Второй завтрак

		10.10-10.30	Второй завтрак	10.10-10.20	Свободная деятельность детей	10.10-10.30	Второй завтрак		
10.30-11.30	Подготовка к прогулке. прогулка			10.20-10.40	Второй завтрак	10.30-11.40	Подготовка к прогулке. прогулка		
11.30-12.00	Свободная деятельность детей	11.30-12.00	Свободная деятельность детей	10.40-12.00	Подготовка к прогулке Прогулка	11.40-12.00	Свободная деятельность детей	10.30-11.40	Подготовка к прогулке. Прогулка.
								11.40-12.00	Свободная деятельность детей
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.30	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.30-15.45	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.45-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00 - 16.30	<b>Игры</b> , образовательная деятельность в режимных моментах, совместная и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, досуг, чтение художественной литературы								
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке.</b> Прогулка, игры, наблюдения. Уход детей домой								
Прогулка всего	3ч. 00 мин	3 ч. 00 мин.		3 ч. 20 мин.		3 ч. 10 мин.		3 ч. 10 мин.	

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми средней группы № 8

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание образовательной	время	Содержание образовательной	время	Содержание образовательной	Время	Содержание образовательной	время	Содержание образовательной

	деятельности		деятельности		деятельности		деятельности		деятельности
6.30-8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00-8.10	Утренняя гимнастика								
8.10-8.30	Самостоятельная игровая деятельность, игры								
8.30-8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.50-9.10	ООД	8.50-9.00	Свободная деятельность детей	8.50-9.10	Свободная деятельность детей	8.50-9.00	Свободная деятельность	8.50-9.10	ООД
9.10-9.25	Свободная деятельность детей	9.00-9.20 9.30-9.50	ООД	9.10-9.30	ООД	9.00-9.20	ООД	9.10-9.25	Свободная деятельность детей
				9.30-9.40	Свободная деятельность детей				
9.25-9.45	ООД	9.50-10.20	Свободная деятельность детей	9.40-10.00	ООД	9.20-10.05	Свободная деятельность детей	9.25-9.45	ООД
								10.20-10.40	ООД
								10.00-10.35	Свободная деятельность детей
9.45-10.35	Свободная деятельность детей			10.00-10.35	Свободная деятельность детей	10.05-10.25	ООД	9.45-10.45	Свободная деятельность детей
10.35-10.45	<b>Второй завтрак</b>								
10.45-12.00	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b>								
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.30	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								

15.30-15.40	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)				
15.40-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)				
16.00-16.30	Самостоятельная деятельность детей, игры				
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).				
<i>Прогулка всего</i>	<i>3 ч. 15 мин</i>	<i>3 ч. 15 мин</i>	<i>3 ч. 15 мин</i>	<i>3 ч. 15 мин</i>	<i>3 ч. 15 мин</i>

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми старшей группы № 9

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика								
8.10 – 8.30	Самостоятельная игровая деятельность, игры								
8.30 – 8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.50 – 9.20	Свободная деятельность детей.	8.50 – 9.15	ООД	8.50 – 9.20	Свободная деятельность детей.	8.50 - 9.10	Свободная деятельность детей.	8.50 – 9.00	Свободная деятельность детей.
9.20 – 10.20	Подготовка к прогулке. Прогулка	9.15-9.25	Свободная деятельность	9.20-9.45	ООД	9.10-10.10	Подготовка к прогулке. Прогулка.	9.00 – 9.25.	ООД.
		9.25 – 9.50	ООД	9.45-9.55	Свободная				

					деятельность детей.			9.25 - 9.45	Свободная деятельность детей
10.20-10.35.	Второй Завтрак.	10.10-10.30	Второй завтрак	9.55-10.20	ООД.	10.10-10.20.	Второй завтрак	9.45-10.10	ООД
		10.30-10.45	Свободная деятельность						
10.35-11.00	ООД	10.45-11.10	ООД	10.20-10.30	Второй завтрак.	10.20-10.45	ООД	10.10-10.30	Второй завтрак.
11.00-11.10	Свободная деятельность			10.30-11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка	10.45-11.00	Свободная деятельность детей.	10.30-11.00	Свободная деятельность детей
11.10-11.35.	ООД	11.10-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка	11.50-12.00	Свободная деятельность детей.	11.00-11.25.	ООД	11.00-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.35-12.00	Свободная деятельность					11.25-12.00	Свободная деятельность детей.		
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.15	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.15-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.30-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00-16.20	Самостоятельная деятельность детей, игр								
16.20-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).								
<i>Прогулка всего</i>	<i>3 ч. 10 мин</i>	<i>3 ч. 00 мин</i>		<i>3 ч. 30 мин</i>		<i>3 ч. 10 мин</i>		<i>3 ч. 10 мин</i>	

## Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми подготовительной к школе группы №10

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.15	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.15 – 8.25	Утренняя гимнастика								
8.25 – 8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
9.00 -9.30	ООД	8.50-10.05	Подготовка к прогулке Прогулка	8.50-9.20	ООД	9.00-9.30	ООД	9.00 -9. 30	ООД
9.40-10.10	ООД	10.05-10.35	ООД	9.30-10.00	ООД	9.40-10.10	ООД	9.40-10.10	ООД
10.10-10.20	Второй завтрак	10.35-10.45	Второй завтрак	10.00-10.10	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак	10.10-10.20	Второй завтрак
10.20-10.55	Подготовка к прогулке Прогулка	10.45-11.15	ООД	10.10-10.40	ООД	10.20-11.30	Подготовка к прогулке Прогулка	10.20-11.00	Подготовка к прогулке Прогулка
11.00-11.30	ООД	11.15-11.30	Свободная деятельность детей	10.40-12.00	Подготовка к прогулке Прогулка	11.30-12.00	ООД	11.00-11.30	ООД
11.30-12.00	Свободная деятельность детей	11.30-12.00	ООД					11.30-12.00	Свободная деятельность детей
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b>								

	<b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).				
12.30-15.15	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)				
15.15-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)				
	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
15.30-15.55	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)				
15.55-16.20	<b>Игры</b> , образовательная деятельность в режимных моментах, совместная и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, досуг, чтение художественной литературы				
16.20-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b>				
<i>Прогулка всего</i>	<i>3ч.00мин.</i>	<i>3ч 35.мин.</i>	<i>3ч.30мин.</i>	<i>3ч.20мин.</i>	<i>3ч.00мин.</i>

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми младшей группы № 11

<b>Понедельник</b>		<b>Вторник</b>		<b>Среда</b>		<b>Четверг</b>		<b>Пятница</b>	
Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	Время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.00	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы.								
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика								
8.10 – 8.30	Самостоятельная игровая деятельность, игры								
8.30 – 8.50	<b>Подготовка к завтраку</b> (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения) <b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
8.50 – 9.00	Свободная деятельность детей	8.50 – 9.00	Свободная деятельность детей	8.50 – 9.05	ООД	8.50 - 9.05	ООД	8.50 -9.00	Свободная деятельность детей
9.00 – 9.15	ООД	9.00 – 9.15	ООД	9.05 – 9.15	Свободная деятельность	9.05 – 9.15	Свободная деятельность	9.00 – 9.15	ООД

9.15-9.25	Свободная деятельность детей	9.15-9.50	Свободная деятельность детей		детей			9.15-9.20	Свободная деятельность детей
						9.15 - 9.30	ООД		
		9.50 – 10.05	ООД	9.15 – 9.30	ООД			9.20-9.35	ООД
9.25-9.40	ООД	10.05-10.30	Свободная деятельность детей	9.50 – 10.30	Свободная деятельность детей	9.55-10.30	Свободная деятельность детей	10.00-10.30	Свободная деятельность детей
9.40-10.30	Свободная деятельность детей								
10.30-10.40	<b>Второй завтрак</b>								
10.40-12.00	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b>								
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.30	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.30-15.40	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.40-16.00	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
16.00-16.30	Самостоятельная деятельность детей, игры								
16.30-18.30	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (самостоятельная игровая деятельность, трудовые поручения, двигательная активность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.) <b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социализация, коммуникация).								
<i>Прогулка всего</i>	<i>3 ч. 20 мин</i>	<i>3 ч. 20 мин</i>							

## Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми средней группы № 12

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30 – 8.25	Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность, чтение литературы, подготовка к завтраку.								
8.25 – 8.45	Завтрак								
8.45 -8.50	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -8.50	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -9.00	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -9.15	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.	8.45 -9.20	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ОД.
8.50-9.10 9.30-9.50	ООД	8.50-9.10 10.00-10.20 10.30-10.50	ООД	9.00-9.20 9.40-10.00	ООД	9.15-9.35 9.45-10.05	ООД	9.20-9.40 9.55-10.15	ООД
9.50-10.30	Самостоятельная деятельность, культурно-гигиенические навыки, второй завтрак, подготовка к прогулке	9.20-10.00	Самостоятельная деятельность, культурно-гигиенические навыки, второй завтрак, подготовка	10.00-10.30	Самостоятельная деятельность, культурно-гигиенические навыки, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.05-10.30	Самостоятельная деятельность, культурно-гигиенические навыки, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.15-10.30	Самостоятельная деятельность, культурно-гигиенические навыки, второй завтрак, подготовка к прогулке

			к прогулке						
10.30-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	10.50-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	10.30-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	10.30-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	10.30-12.00	Прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду
12.00-12.30	Обед								
12.30-15.00	Сон								
15.00-15.30	Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к полднику.								
15.30-16.00	Полдник								
16.00-16.30	Организованная образовательная деятельность. Вечерний круг. Самостоятельная игровая деятельность, чтение литературы, гигиенические процедуры.								
16.30-17.00	Самостоятельная деятельность детей, игры.								
17.00-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения. Уход детей домой.								
Прогулка всего	3ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.			3 ч.		

### Гибкий режим дня на холодный период 2023-2024 учебного года с детьми подготовительной к школе группы №13

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
6.30–8.30	Прием детей, общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, беседы с детьми, наблюдения; дидактические игры, чтение художественной литературы. Утренняя гимнастика. Подготовка к завтраку								

08.30–8.45	<b>Завтрак</b>								
08.45-8.50	Утренний круг. Игровая, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД.								
08.50-10.00	Подготовка к прогулке Прогулка	08.50-09.20 09.30-10.00	ООД	08.50-09.20	ООД	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50	ООД	08.50-09.20 09.30-10.00	ООД
10.10-10.40 10.50-11.20				09.20-10.00	Свободная деятельность детей				
10.40-10.50	Второй завтрак	10.00-10.10	Второй завтрак	10.00-10.10	Второй завтрак	11.00-12.00	Подготовка к прогулке Прогулка	10.00-10.10	Второй завтрак
11.30-12.00				10.10-11.25	Подготовка к прогулке Прогулка				
	ООД	10.10-11.25	Подготовка к прогулке Прогулка	10.10-10.40	ООД	11.00-12.00	Подготовка к прогулке Прогулка	10.10-11.05	Подготовка к прогулке. Прогулка.
				10.40-12.00	Подготовка к прогулке Прогулка			11.05-11.35	ООД
								11.35-12.00	Свободная деятельность детей
12.00-12.30	<b>Подготовка к обеду (воспитание гигиенических навыков и культуры поведения).</b> <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье, социализация, коммуникация).								
12.30-15.15	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, здоровье - воздушные ванны) <b>Дневной сон</b> (здоровье)								
15.15-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна.</b> (Совместная деятельность, оздоровительные мероприятия, воспитание культурно-гигиенических навыков)								
15.30-15.55	<b>Полдник</b> (совместная деятельность, организация дежурства, воспитание гигиенических навыков и культуры поведения.)								
15.55-16.20	<b>Игры</b> , образовательная деятельность в режимных моментах, совместная и самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, досуг, чтение художественной литературы								
16.20-18.30	<b>Подготовка к прогулке.</b> Прогулка, игры, наблюдения. Уход детей домой								

В данном документе  
прошито, пронумеровано,

22 (двадцать два) листов (а)

Заведующий



*R. R. Bilalova*

Р.Р.Билалова

«18» августа

2023 г.