



«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ «Детский сад №53
«Радость» с.Осиново ЗМР РТ

Н.М.Андреянова
Н.М.Андреянова

Пр.№ 104 от « 29 » 08 2022 г.

РЕЖИМ ДНЯ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад комбинированного вида №53 «Радость» села Осиново

Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

НА ХОЛОДНЫЙ И ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД

2022-2023 учебного года

Пояснительная записка

Правильный распорядок дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей. Следует стремиться к тому, чтобы приблизить режим дня к индивидуальным особенностям ребенка.

В таблице приведены примерные режимы дня для различных возрастных групп. Режим дня составлен с расчетом на 12-часовое пребывание ребенка в детском саду. В режиме дня указана общая длительность занятий, включая перерывы между их различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. В теплое время года часть занятий можно проводить на участке во время прогулки.

В середине занятий статического характера рекомендуется проводить физкультминутки. Распорядок дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей работы конкретного контингента детей, времени года, длительности светового дня.

Важно, чтобы каждый ребенок чувствовал себя в детском саду комфортно, безопасно; знал, что его здесь любят, что о нем позаботятся. Повышенное внимание надо уделять детям, которые неохотно расстаются с родителями и не хотят оставаться в группе, особенно в период адаптации к детскому саду.

Особенности организации режимных моментов

Осуществляя режимные моменты, необходимо учитывать индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Приблизженный к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада способствует его комфорту, хорошему настроению и активности.

Прием пищи. Не следует заставлять детей есть, важно, чтобы они ели с аппетитом. Надо учитывать, что дети едят с разной скоростью, поэтому следует предоставлять им возможность принимать пищу в своем темпе. Недопустимо заставлять ребенка сидеть за столом в ожидании еды или после ее приема. Поев, ребенок может поблагодарить и заняться самостоятельными играми.

Прогулка. Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности, профилактики утомления необходимы ежедневные прогулки. Нельзя сокращать продолжительность прогулки. Важно обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в течение дня.

Ежедневное чтение. В режиме дня целесообразно выделить постоянное время для ежедневного чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает на примере литературных героев воспитывать в детях социально-нравственные качества, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций. При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

Дневной сон. Необходимо создавать условия для полноценного дневного сна детей. Для этого в помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку, обеспечить постоянный приток свежего воздуха. Кроме того, быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют полноценная двигательная активность в течение дня и спокойные тихие игры, снимающие перевозбуждение.

Оздоровительно-закаливающие процедуры

Осуществлять оздоровительно-закаливающие процедуры с использованием естественных факторов: воздуха, солнца, воды. В групповых помещениях поддерживать постоянную температуру воздуха (+21–22 °С). Одежда детей в помещении должна быть двухслойной.

Во время сна поддерживать в спальне прохладную температуру. Осуществлять закаливание детей во время одевания после сна и при переодевании в течение дня.

Одним из эффективных закаливающих мероприятий является прогулка с детьми в любую погоду не менее 3 часов. В ненастье можно гулять с детьми на крытой веранде, организовав подвижные игры. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

В теплое время года на прогулке предусмотреть кратковременное пребывание детей под прямыми лучами солнца. В конце прогулки разрешать походить 2–3 минуты босиком по теплему песку (убедившись предварительно в его чистоте и безопасности).

После окончания прогулки в летнее время сочетать гигиенические и закаливающие процедуры при умывании и мытье ног, при этом учитывать состояние здоровья каждого ребенка и степень его привыкания к воздействию воды. Вопрос о характере специальных закаливающих процедур должен решаться администрацией и медицинским персоналом дошкольного учреждения с учетом пожеланий родителей.

Режим дня на холодный период в группе компенсирующей направленности №4 (6-7 лет)

Режимные мероприятия	понеделни к	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.00-8.10				
артикуляционная гимнастика	8.10-8.20				
утренняя гимнастика	8.20-8.30				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиги. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиги. процедуры после приема пищи)	8.30-9.00			8.30-8.50	8.30-9.00
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	8.50-9.20	9.00-9.30
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.30-10.05	9.30-9.40 10.15-10.30	9.30-9.40 10.15-10.30	9.20-9.25	9.30-9.50 10.25-10.30
Образовательная нагрузка (занятия)	10.10-10.40	9.40-10.10	9.40-10.10	9.30-10.00	9.50-10.20
Второй завтрак (сок)	10.05-10.10	10.10-10.15	10.10-10.15	9.25-9.30	10.20-10.25
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, экспериментирование, физ.культура), возвращение с прогулки: переодевание)	10.40-12.10	10.30-12.00	10.30-12.00	10.00-11.30	10.30-12.00
Образовательная нагрузка (занятия)	--	--	11.30-12.00 (на прогулке)	11.30-12.00	--
обед (подготовка к приему пищи: гиги. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиги. процедуры после приема пищи)	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	--	15.30-16.00		--	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа по заданию учителя-логопеда	16.00-16.30	16.00-16.30		16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.40-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в подготовительной к школе группе №8

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20 8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	8.50-9.20	9.00-9.30	9.00-9.30	8.50-9.20 – 1 подгруппа 9.30-10.00 – 2 подгруппа	8.50-9.20
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.20-9.25 11.30-11.40	9.30-9.40	9.30-9.55	9.20-9.30 10.05-10.10	11.25-12.00
Образовательная нагрузка (занятия)	11.00-11.30 – 1 подгруппа 11.40-12.10 – 2 подгруппа	9.40-10.10	--	8.50-9.20 – 2 подгруппа 9.30-10.00 – 1 подгруппа	--
Второй завтрак (сок)	9.25-9.30	10.10-10.15	9.55-10.00	10.00-10.05	9.20-9.25
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	9.30-11.00	10.30-12.00	10.00-11.30	10.40-12.10	9.25-10.55
Образовательная нагрузка (занятия)	11.00-11.30 – 2 подгруппа 11.40-12.10 – 1 подгруппа	11.00-11.30 (на прогулке)	11.30-12.00	10.10-10.40	10.55-11.25
Обед	12.10-12.30	12.00-12.30		12.10-12.30	12.00-12.30
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-16.00	--			15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	16.00-16.30	15.30-16.30			16.00-16.30
Ужин	16.40-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в подготовительной группе №9

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20 8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	8.50-9.20	8.50-9.20 – 1 подгруппа 9.30-10.00 – 2 подгруппа
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.30-9.40 10.15-10.30	9.30-9.55	9.30-9.40 10.15-10.30	9.20-9.25	
Образовательная нагрузка (занятия)	9.40-10.10	--	9.40-10.10	10.55-11.25 – 2 подгруппа 11.35-12.05 – 1 подгруппа	8.50-9.20 – 2 подгруппа 9.30-10.00 – 1 подгруппа
Второй завтрак (сок)	10.10-10.15	9.55-10.00	10.10-10.15	9.20-9.25	10.00-10.05
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.30-12.00	10.00-11.30	10.30-12.00	9.25-10.55	10.05-11.35
Образовательная нагрузка (занятия)	11.00-11.30 (на прогулке)	11.30-12.00	--	10.55-11.25 – 1 подгруппа 11.35-12.05 – 2 подгруппа	11.35-12.05
Обед	12.00-12.30			12.05-12.30	12.05-12.30
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	--	15.30-16.00	--	15.30-16.00	--
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30	16.00-16.30	15.30-16.30	16.00-16.30	15.30-16.30
Ужин	16.40-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в подготовительной к школе группе №10

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-7.50				
Утренняя гимнастика	7.50-8.00				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.00-8.20				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	---	9.00-9.30	8.50-9.20	9.00-9.30	10.15-10.45
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	11.05-11.15 11.45-12.00	9.30-9.40 10.15-10.30	9.20-9.25	9.30-9.55	11.30-11.40
Образовательная нагрузка (занятия)	10.35-11.05	9.40-10.10	10.55-11.25 – 2 подгруппа 11.35-12.05 – 1 подгруппа	--	10.55-11.25 – 2 подгруппа 11.35-12.05 – 1 подгруппа
Второй завтрак (сок)	10.30-10.35	10.10-10.15	9.20-9.25	9.55-10.00	10.10-10.15
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	9.00-10.30	10.30-12.00	9.25-10.55	10.00-11.30	8.50-10.10
Образовательная нагрузка (занятия)	11.15-11.45	11.30-12.00 (на прогулке)	10.55-11.25 – 1 подгруппа 11.35-12.05 – 2 подгруппа	11.30-12.00	10.55-11.25 – 1 подгруппа 11.35-12.05 – 2 подгруппа
Обед	12.00-12.30		12.05-12.30	12.00-12.30	12.05-12.30
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-16.00	--		15.30-16.00	--
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	16.00-16.30	15.30-16.30		16.00-16.30	15.30-16.30
Ужин	16.40-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в подготовительной к школе группе №12

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-7.50				
Утренняя гимнастика	7.50-8.00				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.00-8.20				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиги. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиги. процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.40-10.20 – 1 подгруппа 10.30-11.00 – 2 подгруппа	9.00-9.30 – 1 подгруппа 9.40-10.10 – 2 подгруппа	9.00-9.30	--	9.00-9.30
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	8.50-9.00 9.30-9.35	9.30-9.40	9.30-9.40 10.15-10.30	10.35-10.45	9.30-9.40 10.15-10.30
Образовательная нагрузка (занятия)	9.40-10.20 – 1 подгруппа 10.30-11.00 – 2 подгруппа	9.00-9.30 – 2 подгруппа 9.40-10.10 – 1 подгруппа	9.40-10.10	10.50-11.20	9.40-10.10
Второй завтрак (сок)	9.35-9.40	10.10-10.15	10.10-10.15	10.30-10.35	10.10-10.15
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	9.00-9.30 11.00-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	9.00-10.30	10.30-12.00
Образовательная нагрузка (занятия)	11.30-12.00 (на прогулке)	-	--	11.30-12.00	--
Обед	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-16.00			--	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	16.00-16.40			15.30-16.40	16.00-16.40
Ужин	16.40-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в старшей группе №14

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-7.50				
Утренняя гимнастика	8.10-8.20				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.00-8.10 8.20-8.30				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиг. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиг. процедуры после приема пищи)	8.30-9.00				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.25	--	9.00-9.25 – 1 подгруппа 9.25-9.50 – 2 подгруппа	9.00-9.25	9.00-9.25
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.25-9.35 10.05-10.30	11.00-11.35	9.00-9.25 – 2 подгруппа 9.25-9.50 – 1 подгруппа	9.25-9.35 10.05-10.30	9.25-9.55
Образовательная нагрузка (занятия)	9.35-10.00	10.35-11.00	--	9.35-10.00	--
Второй завтрак (сок)	10.00-10.05	10.30-10.35	10.10-10.15	10.00-10.05	9.55-10.00
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.30-12.00	9.00-10.30	10.30-12.00	10.30-12.00	10.00-11.35
Образовательная нагрузка (занятия)	--	11.35-12.00	11.00-11.25 (на прогулке)	--	11.35-12.00
Обед	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	--		15.30-15.55		--
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30		15.55-16.30		15.30-16.30
Ужин	16.30-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в старшей группе №11

Режимные мероприятия	понед	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20 8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столы; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	8.50-9.15 – 1 подгруппа 9.15-9.40 – 2 подгруппа	9.00-9.25	9.00-9.25	--	9.00-9.25
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	8.50-9.15 – 2 подгруппа 9.15-9.40 – 1 подгруппа 9.40-10.00	9.25-10.25	9.25-9.35 10.00-10.25	11.00-11.10 11.35-12.00	9.25-9.35 10.05-10.30
Образовательная нагрузка (занятия)	--	--	9.35-10.00	10.35-11.00	9.35-10.00
Второй завтрак (сок)	10.00-10.05	10.25-10.30	10.25-10.30	10.30-10.35	10.00-10.05
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.05-11.35	10.30-12.00	10.30-12.00	9.00-10.30	10.30-12.00
Образовательная нагрузка (занятия)	11.35-12.00	11.00-11.25 (на прогулке)	--	11.10-11.35	--
Обед	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-15.55			--	
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.55-16.30			15.30-16.30	
Ужин	16.30-17.00				
Прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в средней группе №13

Режимные мероприятия	понедель	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиги. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиги. процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.20-10.00 9.55-10.30	9.20-10.05	9.20-9.30 9.55-10.30	9.20-9.30 9.55-10.30	9.20-9.30 9.55-10.30
Образовательная нагрузка (занятия)	9.30-9.50	10.05-10.25	9.30-9.50	9.30-9.50	9.30-9.50
Второй завтрак (сок)	9.50-9.55	10.25-10.30	9.50-9.55	9.50-9.55	9.50-9.55
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00
Обед	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30				
Подготовка к ужину, дежурство, ужин	16.30-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в средней группе №3

Режимные мероприятия	понедель	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиги. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиги. процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.20	9.00-9.20	10.35-10.55	9.00-9.20	9.00-9.20
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.20-10.00 9.55-10.30	9.20-10.00 10.20-10.25	10.55-11.05 11.25-12.00	9.20-9.55 10.20-10.30	9.20-9.30 9.55-10.30
Образовательная нагрузка (занятия)	9.30-9.50	10.00-10.20	11.05-11.25	10.00-10.20	9.30-9.50
Второй завтрак (сок)	9.50-9.55	10.25-10.30	10.30-10.35	9.55-10.00	9.50-9.55
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.30-12.00	10.30-12.00	9.00-10.30	10.30-12.00	10.30-12.00
Обед	12.00-12.30				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.30-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30				
Подготовка к ужину, ужин	16.30-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в младшей группе №5

Режимные мероприятия	понедельн	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20				
	8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиг. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиг.процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.15-9.25	9.15-9.40	9.15-9.50	9.15-9.25	9.15-9.25
	9.40-9.55			9.40-10.00	9.40-10.00
Образовательная нагрузка (занятия)	9.25-9.40	9.40-9.55	9.55-10.10	9.25-9.40	9.25-9.40
Второй завтрак (сок)	9.55-10.00	9.55-10.00	9.50-9.55	10.00-10.05	10.00-10.05
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.00-11.30		10.10-11.30	10.00-11.30	
Обед	11.30-12.00				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.00-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	
	16.50-17.00			16.50-17.00	
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30	17.00-18.30	

Режим дня на холодный период в младшей группе №2

Режимные мероприятия	понедельн	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20 8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиг. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиг.процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.15	9.15-9.30	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.15-9.50	9.00-9.15 9.30-9.40	9.15-9.30 9.50-10.00	9.15-9.25 9.40-9.55	9.15-9.25 9.40-9.55
Образовательная нагрузка (занятия)	9.55-10.10	9.40-9.55	9.30-9.45	9.25-9.40	9.25-9.40
Второй завтрак (сок)	9.50-9.55	9.55-10.00	9.45-9.50	9.55-10.00	9.55-10.00
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.10-11.30	10.00-11.30			
Обед	11.30-12.00				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.00-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.20	15.30-16.20 16.50-17.00			
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50-18.30	17.00-18.30			

Режим дня на холодный период в младшей группе №1

Режимные мероприятия	понедельн	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.20				
	8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиг. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиг.процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.15	8.50-9.05	9.00-9.15		
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.15-9.30	9.05-9.30	9.15-9.25		
	9.50-10.00		9.40-9.55		
Образовательная нагрузка (занятия)	9.30-9.45		9.25-9.40		
Второй завтрак (сок)	9.45-9.50		9.55-10.00		
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.00-11.30				
Обед	11.30-12.00				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.00-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-16.30				
	16.50-17.00				
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в группе раннего возраста №6

Режимные мероприятия	понедельн	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.30				
	8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гиг. процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гиг.процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.10 – 1 подгруппа 9.10-9.20 – 2 подгруппа				
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.00-9.10 – 2 подгруппа				
	9.10-9.20 – 1 подгруппа				
	9.20-9.55				
Второй завтрак (сок)	9.55-10.00				
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.00-11.30				
Обед	11.30-12.00				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.00-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-15.40 – 1 подгруппа 15.40-15.50 – 2 подгруппа				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-15.40 – 2 подгруппа				
	15.40-15.50 – 1 подгруппа				
	15.50-16.20				
	16.50-17.00				
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на холодный период в группе раннего возраста №7

Режимные мероприятия	понедельн	вторник	среда	четверг	пятница
Утренний приём (осмотр детей, термометрия, игры детей)	6.30-8.00				
Утренняя гимнастика	8.00-8.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей, беседы	8.10-8.30				
	8.50-9.00				
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столы; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.20-8.50				
Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-9.10 – 1 подгруппа 9.10-9.20 – 2 подгруппа	9.30-9.40 – 1 подгруппа 9.40-9.50 – 2 подгруппа	9.00-9.10 – 1 подгруппа 9.10-9.20 – 2 подгруппа	9.30-9.40 – 1 подгруппа 9.40-9.50 – 2 подгруппа	9.00-9.10 – 1 подгруппа 9.10-9.20 – 2 подгруппа
Перерыв (физкультурные минуты, игры, самостоятельная деятельность детей)	9.00-9.10 – 2 подгруппа	9.30-9.40 – 2 подгруппа	9.00-9.10 – 2 подгруппа	9.30-9.40 – 2 подгруппа	9.00-9.10 – 2 подгруппа
	9.10-9.20 – 1 подгруппа	9.40-9.50 – 1 подгруппа	9.10-9.20 – 1 подгруппа	9.40-9.50 – 1 подгруппа	9.10-9.20 – 1 подгруппа
	9.20-9.55	9.00-9.30	9.20-9.55	9.00-9.30	9.20-9.55
		9.50-9.55		9.50-9.55	
Второй завтрак (сок)	9.55-10.00				
Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка (игры, труд, наблюдения, физ.культура, экспериментирование, возвращение с прогулки: переодевание)	10.00-11.30				
Обед	11.30-12.00				
Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; сон; постепенный подъем, переодевание)	12.00-15.00				
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30				
Образовательная нагрузка (занятия)	15.30-15.40 – 1 подгруппа 15.40-15.50 – 2 подгруппа				
Самостоятельная деятельность, спокойный досуг, игры, общение, деятельность по интересам, театрализация, индивидуальная работа	15.30-15.40 – 2 подгруппа				
	15.40-15.50 – 1 подгруппа				
	15.50-16.20				
	16.50-17.00				
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-18.30				

Режим дня на тёплый период

Группа	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Возраст	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5- 6 лет	6 -7 лет
Утренний приём на улице, осмотр, игры, общение,	6.30-8.00	6.30 - 8.00	6.30 – 8.00	6.30 – 8.00	6.30 – 8.00
ежедневная утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак	8.20-8.50	8.20 - 8.50	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	9.00-10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 10.30	9.00 – 10.30	9.00 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам) Двигательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе; Игры, самостоятельная деятельность детей	10.00-11.30	10.00-11.30	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00- 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 –15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 –15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 –15.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, экспериментирование). Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, сюжетно-ролевые игры, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельность	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.50	16.20 –16.50	16.30 –17.00	16.30 –17.00	16.30 –17.00
Прогулка, игры, уход детей домой	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30	17.00 -18.30	17.00 -18.30

В данной книге
пронумеровано,
прошнуровано, скреплено
подпись и печатью
18 (восемнадцать) листов



Н.М. Андреевна

И. д. пис. б

Ф. И. О.