УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 187
комбинированного вида»
Советского района г.Казани
Г.Ф. Юсупова
«25» марта 2021 год

Режим дня на холодный период года на 2020-2021 учебный год
по муниципальному бюджетному дошкольному образовательному учреждению «Детский сад № 187 комбинированного вида с татарским языком воспитания и обучения» Советского района г.Казани

	Группа раннего возраста №1	*1 мл. группа №2,4,5*	*1 мл. группа №3,6*	*2 мл. группа №7,8*	**Ср. гр. №10**	**Ст.-подг. гр №9**	**Ст. лог. гр №12**	**Аллерго гр. №11**
Прием, осмотр	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.20-08.30	08.00-08.20	08.00-08.20	08.00-08.20
Утренний круг	-	-	-	08.10-08.30	08.10-08.20	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30
Самостоятельная деятельность, игры	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	09.15-09.50	-	-	-	-
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Образовательная деятельность	09.00-09.10 09.20-09.30	09.00-09.10 09.20-09.30	09.00-09.10 09.35-09.45	09.00-09.15 09.50-10.05	09.00-09.20 11.40-12.00	09.00-09.25 11.35-12.00	09.00-09.25 12.00-12.25	09.00-09.25 12.00-12.25
Самостоятельная деятельность, игры	09.30-09.45	09.30-09.45	09.10-09.35	-	-	-	11.35-12.00	11.35-12.00
2 завтрак	09.45-10.00	09.45-10.00	09.45-10.00	10.05-10.15	09.45-10.00	09.45-10.00	09.45-10.00	09.45-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	10.00-11.45	10.00-11.45	10.00-11.45	10.15-12.00	10.00-11.40	10.00-11.35	10.00-11.35	10.00-11.35
Длительность 1 -й прогулки	**105 минут**	**105 минут**	**105 минут**	**105 минут**	**100 минут**	**95 минут**	**95 минут**	**95 минут**
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.15	11.45-12.15	11.45-12.15	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.40	12.25-12.40
Подготовка ко сну, сон	12.15-15.00	12.15-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00
Дневной сон	**2 часа 45 мин**	**2 часа 45 мин**	**2 часа 45 мин**	**2 часа 30 мин**	**2 часа 30 мин**	**2 часа 30 мин**	**2 часа 20 мин**	**2 часа 20 м**
Подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна, подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Вечерний круг	-	-	-	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00
Самостоятельная деятельность, игры, ЧХЛ	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-15.50	15.30-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-17.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
Длительность 2-й прогулки	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**	**90 минут**
Общая продолжительность прогулки (в минутах)	**195 минут**	**195 минут**	**195 минут**	**195 минут**	**190 минут**	**185 минут**	**185 минут**	**185 минут**
В соответствии с СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20	180 минут	180 минут	180 минут	180 минут	180 минут	180 минут	180 минут	180 минут
Дома								
Прогулка	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00
Спокойные игры. Гигиенические процедуры	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30
Укладывание. Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)