

Утверждаю:  
заведующий МБДОУ № 187  
О. С. Шабалина  
Приказ № 1/1 от 09.01.2024

Режим дня  
в холодный период года на 2023-2024 учебный год

	1 младшая группа Капельки	2 младшая группа 1 Лучики	2 младшая группа 2 Почемучки	Средняя группа Затейники	Старшая группа Непоседы	Подготовитель- ная группа Волшебники
Приём детей, самостоятельная деятельность, игры, дежурство	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.25
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.05	8.05-8.10	8.10-8.15	8.15-8.25	8.25-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.30	8.05-8.30	8.10-8.30	8.15-8.35	8.25-8.40	8.35-8.50
Самостоятельная деятельность, игры Подготовка к НОД	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.35-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность (НОД)	9.00-9.10 9.20-9.30	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.30 9.40-10.10
Самостоятельная игровая деятельность, второй завтрак	9.30-10.00	9.40-10.05	9.40-10.05	9.50-10.10	10.00-10.15	10.10-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка/игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность	10.00-11.10	10.05-11.20	10.05-11.20	10.10-11.50	10.15-12.00	10.30-12.05
Возвращение с прогулки, Самостоятельная деятельность, Подготовка к обеду	11.10-11.30	11.20-11.40	11.20-11.40	11.50-12.10	12.00-12.20	12.05-12.25
Обед	11.30-12.00	11.40-12.10	11.40-12.10	12.10-12.35	12.20-12.45	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.10-15.00	12.10-15.00	12.35-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные процедуры, подготовка к полднику	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.20
Полдник	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.15-15.25	15.20-15.30
Самостоятельная игровая деятельность, труд	15.20-16.00	15.45-16.05	15.45-16.05	15.50-16.15	15.15-16.05 15.40-16.05	16.00-16.25
Непосредственно образовательная деятельность (НОД)	-	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.50	15.15-15.40 16.35-17.00	15.30-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.20	16.05-16.20	16.05-16.20	16.15-16.30	16.20-16.35	16.25-16.40
Самостоятельная игровая деятельность, труд	16.20-17.00	16.20-17.00	16.25-17.00	16.30-17.15	16.35-17.20	16.40-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.15-19.00	17.20-19.00	17.30-19.00