

ПРИЛОЖЕНИЕ № 7

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 21

_____ О.А. Федореева

« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа

Холодный период года

		Время	Примечание (время самостоятельн ой деятельности)
Дома Подъём, утренний туалет		6.30 – 7.30	
В детском саду			
Приём, игры		7.00 – 8.05	1ч.
Утренняя гимнастика		8.05 – 8.25	
Подготовка к завтраку (личная гигиена)		8.25 – 8.30	5м.
Завтрак		8.30 – 8.45	
Самостоятельная деятельность		8.45 – 9.00	15м.
Непосредственно образовательная деятельность		9.00 – 10.50	
Второй завтрак		10.10 – 10.15	
Подготовка к прогулке, самообслуживание		10.50 – 11.00	10м.
Прогулка	Совместная деятельность	11.00 – 11.30	
	Самостоятельная деятельность, игры	11.30 – 12.20	50м
Возвращение с прогулки, самообслуживание		12.20 – 12.30	10м.
Подготовка к обеду (личная гигиена)		12.30 – 12.35	5м.
Обед		12.35 – 12.55	
Подготовка ко сну, личная гигиена		12.55 – 13.00	5м.
Дневной сон		13.00 – 15.00	
Подъём детей, (личная гигиена)		15.00 – 15.05	5м.
Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание		15.05 – 15.20	
Подготовка к полднику (личная гигиена)		15.20 – 15.25	5м.
Уплотненный полдник		15.25 – 15.40	
Самостоятельная деятельность, игры		15.40 – 16.00	20м
Непосредственно образовательная деятельность		16.00 – 16.30	
Самостоятельная деятельность, игры		16.30 – 16.50	20м
Подготовка к прогулке, самообслуживание		17.00 – 17.10	10м
Прогулка, уход детей домой	Совместная деятельность	17.10 – 17.40	
	Самостоятельная деятельность, игры	17.40 – 19.00	1ч.20м
Дома Возвращение домой, ужин, игры		19.00 – 19.40	
Прогулка		19.40 – 20.20	
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры		20.20 – 21.00	
Укладывание, ночной сон		21.00 – 6.30 (7.30)	

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 21

_____ О.А. Федореева

« ____ » _____ 201 г

РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа

Теплый период года

Д о м а	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В д е т с к о м с а д у	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.25
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.25 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.45 – 9.15
НОД на участке	9.15 – 9.45
Игры, наблюдение, труд, воздушные, солнечные процедуры	9.45 – 11.55
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, личная гигиена	12.15-12.20
Обед	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, личная гигиена	12.50 – 12.55
Дневной сон	12.55 – 15.10
Подъем, личная гигиена	15.10 – 15.15
Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, личная гигиена	15.30 – 15.35
Уплотненный полдник	15.35 – 15.45
Подготовка к прогулке, личная гигиена	15.45 – 15.50
Прогулка	15.50 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.40 – 19.00
Д о м а	
Ужин	19.00-19.20
Прогулка	19.20-20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.45
Укладывание, ночной сон	20.45-6.30 (7.00)

РЕЖИМ ДНЯ
Старшая группа
 Холодный период года

		Время	Примечание (время самостоятельной деятельности)
Д ОМА Подъем, утренний туалет		6.30 – 7.30	
В ДЕТСКОМ САДУ			
Прием, игры		7.00 – 7.50	50м.
Утренняя гимнастика		7.50 – 8.10	
Подготовка к завтраку (личная гигиена)		8.10 – 8.15	5м.
Завтрак		8.15 – 8.40	
Самостоятельная деятельность, игры		8.40 – 9.00	20м.
Непосредственно образовательная деятельность		9.00 – 10.00	
Второй завтрак (сок)		10.00 – 10.05	
Самостоятельная деятельность		10.05 – 10.25	20м.
Подготовка к прогулке, самообслуживание		10.25 – 10.35	10м.
Прогулка	Совместная деятельность	10.35 – 11.00	
	Самостоятельная деятельность, игры	11.00 – 11.55	55м.
		11.55 – 12.05	10м.
Возвращение с прогулки, самообслуживание			
Подготовка к обеду (личная гигиена)		12.05 – 12.10	5м.
Обед		12.10 – 12.45	
Подготовка ко сну,(личная гигиена)		12.45 – 12.50	5м.
Дневной сон		12.50 – 15.00	
Подъем (личная гигиена)		15.00 – 15.05	5м.
Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание		15.05 – 15.20	
Подготовка к полднику (личная гигиена)		15.20 – 15.25	5м.
Уплотненный полдник		15.25 – 15.40	
Самостоятельная деятельность, игры		15.40 – 16.00	20м.
Непосредственно образовательная деятельность		16.00 – 16.25	
Самостоятельная деятельность, игры		16.25 – 17.00	35м.
Подготовка к прогулке, самообслуживание		17.00 – 17.10	10м.
Прогулка, уход детей домой	Совместная деятельность	17.10 – 17.35	
	Самостоятельная деятельность, игры	17.35 – 19.00	1ч.25м
Д ОМА Возвращение домой, ужин, игры		19.00 – 19.40	
Прогулка		19.40 – 20.20	
Возвращение с прогулки, спокойные игры		20.20 – 21.00	
Укладывание, ночной сон		21.00 – 6.30 (7.30)	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 21
_____ О.А. Федорева
« ____ » _____ 201 г

РЕЖИМ ДНЯ
Старшая группа
Теплый период года

Д о м а	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В д е т с к о м с а д у	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.05
Игры, подготовка к завтраку, личная гигиена	8.05 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.45 – 9.15
НОД на участке	9.15 – 9.40
Игры, наблюдение, труд, воздушные, солнечные процедуры	9.40-11.55
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, личная гигиена	12.15-12.20
Обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну,	12.45 – 12.50
Дневной сон	12.50 – 15.10
Подъем, личная гигиена	15.10 – 15.15
Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	15.15 – 15.25
Подготовка к полднику, личная гигиена	15.25 – 15.30
Уплотненный полдник	15.30 – 15.45
Подготовка к прогулке, личная гигиена	15.45 – 15.50
Прогулка	15.50 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.40 – 19.00
Д о м а	
Ужин	19.00-19.20
Прогулка	19.20-20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.45
Укладывание, ночной сон	20.45-6.30 (7.00)

РЕЖИМ ДНЯ
Средняя группа
 Холодный период года

ДОМА		
Подъем, утренний туалет		6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Прием, игры		7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика		8.10 – 8.16
Подготовка к завтраку, личная гигиена		8.16 – 8.20
Завтрак		8.20 – 8.45
Игры, самостоятельная деятельность		8.45 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность		9.00 – 10.20
Второй завтрак (сок)		9.55 – 10.00
Подготовка к прогулке, самообслуживание		10.20 – 10.30
Прогулка	Совместная деятельность	10.30 – 10.50
	Самостоятельная деятельность, игры	10.50 – 11.50
Возвращение с прогулки, самообслуживание		11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, личная гигиена		12.00 – 12.10
Обед		12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, личная гигиена		12.40 – 12.50
Дневной сон		12.50 – 15.00
Подъем, личная гигиена		15.00 – 15.05
Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание		15.05 – 15.20
Подготовка к полднику, личная гигиена		15.20 – 15.25
Уплотненный полдник		15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность		15.45 – 16.30
Подготовка к прогулке, самообслуживание		16.30 – 16.40
Прогулка	Совместная деятельность	16.40 – 17.00
	Самостоятельная деятельность, игры	17.00 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход домой		18.50 – 19.00
ДОМА		
Ужин		19.00 – 19.20
Прогулка		19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры		20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон		20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 21
_____ О.А. Федорева
« ____ » _____ 201 г

РЕЖИМ ДНЯ
Средняя группа
Теплый период года

ДОМА	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.20 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке	8.45 – 9.10
НОД на прогулке	9.10 – 9.30
Наблюдение, игры, труд	9.30 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические ванны	11.50 – 12.05
Подготовка к обеду, личная гигиена	12.05 – 12.10
Обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.40 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.10
Подъем, воздушные, водные процедуры, динамическая гимнастика	15.10 – 15.25
Подготовка к полднику,	15.25 – 15.30
Уплотненный полдник	15.30 – 15.45
Игры, подготовка к прогулке	15.45 – 16.00
Прогулка	16.00 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.40 – 19.00
ДОМА	
Ужин	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 21

О.А. Федореева

« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ
Младшая группа
Холодный период года

ДОМА	Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
	Прием, игры	7.00 – 8.00
	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05
	Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.05 – 8.10
	Завтрак	8.10 – 8.40
	Игры, самостоятельная деятельность	8.40 – 9.00
	Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 10.05
	Второй завтрак (сок)	10.05 – 10.10
	Игры	10.10 – 10.20
	Подготовка к прогулке, самообслуживание	10.20 – 10.30
Прогулка	Совместная деятельность	10.30 – 10.45
	Самостоятельная деятельность	10.45 – 11.40
	Возвращение с прогулки, самообслуживание	11.40 – 11.50
	Подготовка к обеду, личная гигиена	11.50 – 12.00
	Обед	12.00 – 12.30
	Подготовка ко сну, личная гигиена	12.30 – 12.40
	Дневной сон	12.40 – 15.00
	Подъем, личная гигиена	15.00 – 15.05
	Динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	15.05 – 15.20
	Подготовка к полднику, личная гигиена	15.20 – 15.25
	Уплотненный полдник	15.25 – 15.45
	Игры, самостоятельная деятельность	15.45 – 16.30
	Подготовка к прогулке, самообслуживание	16.30 – 16.40
Прогулка	Совместная деятельность	16.40 – 16.55
	Самостоятельная деятельность	16.55 – 18.50
	Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.50 – 19.00
ДОМА	Ужин	19.00 – 19.20
	Прогулка	19.20 – 20.00
	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
	Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 21
_____ О.А. Федорева
« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ
Младшая группа
Теплый период года

ДОМА	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.15 – 8.20
Завтрак	8.20 – 8.40
Игры, подготовка к прогулке	8.40 – 9.10
НОД на прогулке	9.10 – 9.25
Игры, наблюдение, трудовые поручения	9.25 – 11.40
Возвращение с прогулки, гигиеническая ванна	11.40 – 11.55
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.55 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, личная гигиена	12.30 – 12.40
Сон	12.40 – 15.10
Подъем, воздушные, водные процедуры, динамическая гимнастика	15.10 – 15.25
Подготовка к полднику	15.25 – 15.30
Уплотненный полдник	15.30 – 15.45
Игры, подготовка к прогулке	15.45 – 16.00
Прогулка	16.00 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.40 – 19.00
ДОМА	
Ужин	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 21

О.А. Федореева

« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ

Ранний возраст 1 - 2 года Холодный период года

	1год – 1год 6мес.	1год 6мес. – 2года
ДОМА . Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.00	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55	7.50 – 7.55
Подготовка к завтраку, завтрак	7.55 – 8.20	7.55 – 8.20
Игры	8.20 – 9.30	8.20 – 9.00
Игра-занятие по подгруппам	-	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.25 – 9.30	-
Подготовка ко сну, 1-й сон	9.30 – 12.00	-
Игры	-	9.30 – 9.40
Второй завтрак	-	9.40 – 9.50
Подготовка к прогулке	-	9.50 – 10.00
Прогулка	-	10.00 – 11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	-	11.00 – 11.15
Подготовка к обеду	-	11.15 – 11.20
Обед	-	11.20 – 11.50
Постепенный подъем, обед	12.00 – 12.30	-
Подготовка ко сну	-	11.50 – 12.00
Дневной сон	-	12.00 – 15.00
Самостоятельная деятельность, игры	12.30 – 14.30	-
Игра-занятие 1 (по подгруппам)	13.00 – 13.20	-
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	13.50 – 14.10	-
Подготовка ко сну, 2-й сон	14.30 – 16.00	-
Подъем, динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	16.00 – 16.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.15 – 16.30	15.15 – 15.40
Самостоятельная деятельность, игры	16.30 – 16.40	15.40 – 16.00
Игры-занятия по подгруппам	-	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.40 – 16.50	16.30 – 16.40
Прогулка	16.50 – 18.50	16.40 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
ДОМА. Ужин	19.00 – 19.20	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 21

О.А. Федореева

« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ
Ранний возраст 1- 2 года
Теплый период года

	1год – 1год 6мес	1год 6мес - 2 года
ДОМА Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ		
Прием, осмотр, игры	7.00 – 8.00	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55	7.50 – 7.55
Подготовка к завтраку, завтрак	7.55 – 8.20	7.55 – 8.20
Игры	8.20 – 9.30	8.20 – 9.00
Игра-занятие по подгруппам		9.00 – 9.30
Игры		9.30 – 9.40
Второй завтрак	9.25 – 9.30	9.40 – 9.50
Подготовка к прогулке	9.30 – 12.00	9.50 – 10.00
Прогулка		10.00 – 11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры		11.00 – 11.15
Подготовка к обеду		11.15 – 11.25
Обед		11.25 – 11.50
Постепенный подъем, обед	12.00 – 12.30	
Подготовка ко сну		11.50 – 12.00
Дневной сон		12.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность, игры	12.30 – 14.30	
Игра-занятие 1 (по подгруппам)	13.00 – 13.20	
Игра-занятие 2 (по подгруппам)	13.50 – 14.10	
Подготовка ко сну, 2-й сон	14.30 – 16.00	
Подъем, динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	16.00 – 16.15	15.10 – 15.25
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.15 – 16.30	15.25 – 15.45
Игры	16.30 – 16.40	15.45 – 16.00
Игра-занятие по подгруппам		16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.40 – 16.50	16.30 – 16.40
Прогулка	16.50 – 18.50	16.40 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00
ДОМА Ужин	19.00 – 19.20	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 21
_____ О.А. Федореева
« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ
Ранний возраст 2 - 3 года
Холодный период года

ДОМА	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55
Подготовка к завтраку, завтрак	7.55 – 8.20
Самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00
Игра-занятие по подгруппам	9.00 – 9.30
Игры	9.30 – 9.40
Второй завтрак	9.40 – 9.50
Подготовка к прогулке	9.50 – 10.00
Прогулка	10.00 – 11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00 – 11.15
Подготовка к обеду	11.15 – 11.20
Обед	11.20 – 11.50
Подготовка ко сну	11.50 – 12.00
Дневной сон	12.00 – 15.00
Подъем, динамическая гимнастика, воздушные ванны, закаливание	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.15 – 15.40
Игры	15.40 – 16.00
Игра-занятие по подгруппам	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.40
Прогулка	16.40 – 18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.50 – 19.00
ДОМА	
Ужин	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с №21
_____ О.А. Федореева
« ____ » _____ 201 г.

РЕЖИМ ДНЯ
Ранний возраст 2-3 года
Теплый период года

ДОМА	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	
Прием, осмотр, игры	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.55 – 8.05
Завтрак	8.00 – 8.25
Игры, подготовка к прогулке	8.25 – 9.10
Игра-занятие по подгруппам	9.10 – 9.35
Наблюдение, игры	9.35 – 11.05
Возвращение с прогулки	11.05 – 11.15
Гигиеническая ванна	11.15 – 11.30
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.30 – 11.35
Обед	11.35 – 12.05
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.05 – 12.10
Сон	12.10 – 15.10
Подъем, воздушные, водные процедуры, динамическая гимнастика	15.10 – 15.25
Подготовка к полднику	15.25 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45
Игры, подготовка к прогулке	15.45 – 16.00
Игра-занятие по подгруппам	16.00 – 16.30
Наблюдение, игры	16.30 – 18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.40 – 19.00
ДОМА	
Ужин	19.00 – 19.20
Прогулка	19.20 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30 (7.00)