

Утверждаю: Заведующий МБДОУ №38

Л.А.Холмогорская

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период



	Мероприятия	Общеобразовательные группы				
		1 младшие группы	2 младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовит. группы
1	Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20
2	Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.08	8.00-8.07	8.10-8.18	8.20-8.30
3	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.05-8.35	8.08-8.30	8.07-8.35	8.18-8.45	8.30-8.50
4	Игры, подготовка к занятиям.	8.35-8.40	8.30-9.00	8.35-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
5	НОД (1,2)	8.40 -9.25	9.00-9.30	9.00-9.50	9.00-9.55	9.00-10.10
6	2-й завтрак	9.25 - 9.35	9.30 - 9.40	9.50 - 10.00	9.55-10.05	10.10 - 10.20
7	НОД (3)				10.05-10.25	10.20-10.50
8	Подготовка к прогулке, прогулка	9.35 - 11.35	9.40 - 11.45	10.00- 11.55	10.05 - 12.15 10.25-12.15	10.20-12.25 10.50 -12.25
9	Возвращение с прогулки Подготовка к обеду. Обед.	11.35-12.00	11.45 -12.20	11.55-12.25	12.15-12.35	12.25-12.50
10	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00-15.00	12.20-15.00	12.25-15.00	12.35-15.00	12.50-15.00
11	Постепенный подъем, воздушные процедуры,	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10

	закаливание, дыхательная гимнастика.					
12	Полдник	15.10- 15.15	15.10 – 15.15	15.10 -15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15
13	ООД, игровая, индивидуальная и самостоятельная деятельность. кружковая работа	15.15.-16.00	15.15-16.05	15.15-16.10	15.15-16.20	15.15-16.25
14	Подготовка к ужину, ужин.	16.00-16.30	16.05 -16.35	16.10-16.40	16.20-16.45	16.25-16.50
15	Игры, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка.	16.30-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00
16	Уход детей домой.	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00

Теплый период

	Мероприятия	Общеобразовательные группы				
		1 младшие группы	2 младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовит. группы
1	Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.08	7.00-8.15	7.00-8.25
2	Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.08	8.08-8.15	8.15-8.25	8.25-8.35
3	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.05-8.35	8.08 -8.30	8.15-8.35	8.25-8.45	8.35-8.50
4	Игры, самостоятельная деятельность	8.35-9.30	8.30-9.30	8.35-9.40	8.45-9.40	8.50-9.40
5	2-й завтрак	9.30 – 9.35	9.30 – 9.35	9.40 – 9.45	9.40 – 9.45	9.40-9.45

6	Прогулка. ИОС на улице (фронтальные, подгруппы, индивидуальные)	9.35 - 11.35	9.35 - 11.45	9.45-11.55	9.45 - 12.15	9.45 -12.25
7	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду . Обед.	11.35-12.00	11.45-12.20	11.55-12.25	12.15-12.35	12.25-12.50
8	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00-15.15	12.20-15.15	12.25-15.15	12.35-15.15	12.50-15.15
9	Постепенный подъем, воздушные процедуры, закаливание, дыхательная гимнастика.	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25
10	Полдник	15.25 - 15.30	15.25 - 15.30	15.25- 15.30	15.25-15.30	15.25- 15.30
11	Игра, труд, самостоятельная деятельность	15.30-16.00	15.30-16.05	15.30-16.10	15.30-16.20	15.30-16.25
12	Подготовка к ужину, ужин.	16.00-16.30	16.05-16.35	16.10-16.40	16.20-16.45	16.25-16.50
13	Игры, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка.	16.30-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00
14	Уход детей домой.	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00