

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №42»
М.В. Алексеева
№ 3/09 от 26.07. 2021г.

Сводный режим дня групп общеразвивающей направленности на холодный период

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная
	12 часов		10,5 часов	10,5 часов	10,5 часов	10,5 часов
ДОМА:						
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00 (07.30)		06.30-07.00 (07.30)	06.30-07.00 (07.30)	06.30-07.00 (07.30)	06.30-07.00 (07.30)
В ДЕТСКОМ САДУ:						
Прием воспитанников, утренний фильтр, самостоятельная деятельность, свободная игра	07.00 – 07.45		07.00 – 07.50	07.00–07.50	07.00– 08.00	07.00 – 08.15
Утренняя гимнастика	07.45-07.55 (группа)		07.50-08.00 (группа)	07.50-08.00	08.00-08.10	08.15-08.25
Гигиенические процедуры Подготовка к завтраку, завтрак	07.55-08.45		08.00 – 08.45	08.00–08.45	08.10– 08.45	08.25 – 08.45
Самостоятельная деятельность, игры, в том числе двигательные игры малой подвижности	—		08.45 – 09.00 5 мин.	08.45–09.05 5 мин.	08.45– 09.00 5 мин.	08.45– 09.00 5 мин.
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	08.45-08.55		09.00 – 09.15	09.05–09.25	09.00–09.25	09.00– 09.30 09.40– 10.10
Организованная образовательная деятельность (перерыв между занятиями не менее 10 мин., в том числе двигательные игры малой подвижности)	1 подгр. 09.05.- 09.15	2 подгр. 09.20- 09.30	09.30-09.45	09.35–09.55	09.35– 10.00 или 09.50– 10.15	10.20 – 10.50
	5 мин.		5 мин.	5 мин.	5 мин.	10 мин.

Второй завтрак	09.30-09.45	09.45-10.00	09.55-10.05	10.30-10.40	10.50-11.00
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	09.45 – 10.00	10.00 – 10.15	10.05–10.15	10.40-10.50	11.00 – 11.10
Прогулка, в том числе игры средней и высокой подвижности (двигательная активность)	10.00-11.30 20 мин.	10.15-12.00 30 мин.	10.15-12.15 30 мин.	10.50-12.30 30 мин.	11.10-12.40 30 мин.
Возвращение прогулки, гигиенические процедуры	11.30 – 11.50	12.00 – 12.15	12.15–12.25	12.30– 12.40	12.40 – 12.50
Подготовка к обеду. Обед	11.50 - 12.20	12.15 – 12.45	12.25–12.45	12.40– 13.00	12.50 – 13.10
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20 – 15.20	12.45 – 15.15	12.45-15.15	13.00– 15.20	13.10 – 15.20
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.20 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15–15.30	15.20– 15.30	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 15.50	15.30–15.50	15.30– 15.40	15.30 – 15.50
Игры, в том числе двигательные игры малой подвижности, самостоятельная деятельность	16.00 -16.30 10 мин.	15.50 – 16.15 5 мин.	15.50–16.30 5 мин.	15.40– 16.00 5 мин.	15.50-16.10 5 мин.
Организованная образовательная деятельность	–	–	–	16.00 - 16.25	–
Подготовка к прогулке, прогулка, в том числе игры средней и высокой подвижности (двигательная деятельность)	16.30 – 18.00 20 мин.	16.15 – 17.30 20 мин.	16.30–17.30 20 мин.	16.25– 17.30 20 мин.	16.10 – 17.30 20 мин.
Возвращение прогулки	18.00 -18.30				
Самостоятельная деятельность, игры	18.30-19.00				
Выход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	До 19.00	До 17.30	До 17.30	До 17.30	До 17.30

ДОМА:					
Прогулка по дороге домой	19.00 -19.30	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30 -19.30
Игры, подготовка к ужину, ужин	19.30-20.15	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	19.30-20.00
Подготовка к прогулке, прогулка		19.00-20.00	19.00-20.10	19.00-20.15	
Возвращение с прогулки, спокойные игры		20.00-20.15	20.10-20.25	20.15-20.30	
Спокойные игры, гигиенические процедуры. Подготовка ко сну	20.15-20.30	20.15-20.30	20.25 – 20.40	20.30-20.45	20.00-20.45
Ночной сон	20.30-06.30	20.30-06.30	20.40- 06.30	20.45-06.30	20.45 - 06.30