

РЕЖИМ ДНЯ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ
МБДОУ «Детский сад № 145» на 2021/2022 учебный год
Холодный период года

№ п/п	Режимные моменты	1 группа раннего возраста (12 часовое пребывание)	2 группа раннего возраста (12 часовое пребывание)
1.	Приём, осмотр, игры, дежурства, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с воспитанниками	6.00 – 8.20	6.00 – 8.00
2.	Утренняя гимнастика		8.00-8.10
	Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с воспитанниками		8.10-8.20
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50	8.30-8.50
4.	Игры, подготовка к игре- занятию, индивидуальная работа с воспитанниками	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
5.	Игра-занятие	1 под 9.00 – 9.10 2 под 9.20 - 9.30 1 под 9.40-9.50 2 под 10.00-10.10	1 под 9.00 – 9.10 2 под 9.20-9.30 1 под 9.40-9.50 2 под 10.00-10.10
6.	Игры, индивидуальная работа с воспитанниками, самостоятельные игры	10.10 – 10.30	10.10-10.30
7.	Второй завтрак	10.30 – 10.40	10.30-10.40
8.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 -11.45	10.40-11.45
	Длительность прогулки	1ч. 05 мин	1 час 05 мин
9.	Возвращение с прогулки	11.45- 12.00	11.45-12.00
10.	Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.20	12.00-12.20
11.	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20-15.20 (3 часа)	12.20-15.20 (3часа)
12.	Подъём, воздушные, водные процедуры	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
15.	Подготовка к прогулке	15.50-16.00	15.50-16.00
16.	Прогулка, уход домой	16.00 – 18.00	16.00 – 18.00
	Длительность прогулки	2 часа	2 часа

РЕЖИМ ДНЯ В ГРУППАХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 145»
Холодный период

№ п/п	Режимные моменты	Младшая группа (12часовое пребывание)	Средняя группа (12часовое пребывание)	Старшая группа (10,5 часовое пребывание)	Подгот. группа (10,5 часовое пребывание)
1.	Приём, осмотр, игры, дежурства, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с воспитанниками	6.00 – 7.50	6.00 – 7.50	7.00 – 7.50	7.00 – 8.20
2.	Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00	7.50 – 8.00	7.50 - 8.00	8.20 – 8.30
	Игры, самостоятельная деятельность воспитанников, кружковая работа	8.00-8.20	8.00 – 8.20	8.00-8.20	-
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	8.20-8.50	8.20 – 8.50	8.30 –8.50
4.	Игры, подготовка к организованной образовательной деятельности, индивидуальная работа с воспитанниками	8. 50– 9.05	8.50-9.00	8.50 – 9.00	8.50 –9.00
5.	Организованная образовательная деятельность				Пон, ср 1 зан 9.00-9.30 2 зан 9.40-10.10 3 зан 11.50-12.20
	1 занятие	9.05- 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	Вт, Чт, Пят 1 зан 9.00- 9.30
	2 занятие	9.30 – 9.45	9.30 – 9.50	9.35 – 10.00	2 зан 9.40 –10.10
	3 занятие	-	-	-	3 зан 10.20 – 10.50
6.	Игры, самостоятельная деятельность воспитанников	9.20–9.30 9.45-10.30	9.50 – 10.30	10.00 – 10.30	-
7.	Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	Пон 10.30-10.40 Вт,ср,чет,пят 10.50-11.00
8.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.50	10.40-12.00	10.40 –12.10	Вт,ср,чет,пят: 11.00-12.30 (1 час 30 мин) Понедельник: 10.40-11.40 (1 час)
Длительность прогулки		1ч.10 мин	1ч. 10 мин	1ч. 30 мин	1час 30 мин/ 1 час
9.	Возвращение с прогулки.	11.50 –12.00	12.00-12.10	12.10 –12.20	Вт,ср,чт,пят: 12.30 – 12.40 Понедельник: 11.40-11.50
10.	Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.25	12.10-12.30	12.20 –12.40	12.40 – 13.00
11.	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.25-15.00 (2 ч. 35 мин)	12.30-15.00 (2 ч. 30 мин)	12.40 –15.10 (2 ч.30 мин)	13.00-15.30 (2 часа 30 мин)
12.	Подъём, воздушные, водные процедуры	15.00 –15.15	15.00-15.10	15.10 –15.20	15.30-15.40
13.	Игры, самостоятельная деятельность воспитанников, инд работа	15.15 –15.30	15.10 –15.30	15.20 –15.30	-
14.	Подготовка к полднику, полдник	15.30 –16.00	15.30 –15.50	15.30 –15.50	15.40 – 16.00

15.	Подготовка к ООД, самостоятельная деятельность детей, инд работа, игры	-	15.50-16.00	15.50-16.00	Вт, ср, чт, пят: 16.00-16.30 Понедельник -
16.	Организованная образовательная деятельность	-	-	16.00-16.25	-
17.	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.00-18.00	15.50 –18.00	16.25-18.00	Вт, ср, чт, пят: 16.30 – 18.00 Понед 16.00-18.00
Длительность прогулки		2 часа	2 часа	1ч. 35 мин.	Вт, ср, чт, пят: 1ч. 30 мин. Понедельник 2 часа