





детский сад № 251  
Каширина  
08.2022

## РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Режим дня	Возрастные группы				Подготовительная
	I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности, самост. деят-ть.	9.00-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.10-10.00*	9.00-10.00	9.00-10.20	9.00-10.25	9.00-10.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.15-10.30	10.15-10.30	10.30-10.40	10.35-10.45	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)	10.30-11.45	10.30-11.45	10.40-12.15	10.45-12.15	11.00-12.30
Возвращение с прогулки, самостоят. деят. детей	11.45-12.00	11.45-12.00	12.15-12.25	12.15-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.30-12.50	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, дыхательная гимнастика.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Самостоятельная деятельность, игры, развлечения	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.20-15.40	15.20-15.50
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30-16.00	15.30-15.50	15.30-15.50	15.40-15.55	15.50-16.05
Образовательная деятельность (худ.-эстет., физ.)	-	-	15.55-16.15	15.55-16.20	16.05-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка (самост. деят. детей)	16.15-18.15	16.10-18.10	16.20-18.20	16.20-18.20	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.15-19.00	18.10-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00
Продолжительность сна в детском саду	2ч 30 мин	2ч 30 мин	2ч 10 мин	2ч 10 мин	2 часа
Продолжительность прогулки в детском саду	3ч 00 мин	3ч 15 мин	3ч 35 мин	3ч 30 мин	3 часа 30 мин
НОД в д/с (максим. объем нагрузки в день)	20 мин	30 мин	40 мин	От 45 мин до 65 мин	До 90 мин





## РЕЖИМ ДНЯ НА КАНИКУЛЯРНЫЙ ПЕРИОД (прим. 2 недели в январе)

Режим дня	Возрастные группы			
	I младшая	II младшая	Средняя	Старшая
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.30	9.00-9.30		
Деятельность художественно-эстетического, физкультурно-оздоровительного цикла	9.30-9.45	9.30-9.45	9.00-9.20	9.00-9.25
Самостоятельная деятельность	9.45-10.15	9.45-10.15	9.20-9.40	9.25-9.45
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.15-10.30	10.15-10.30	10.30-10.45	10.35-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)	10.30-11.45	10.30-11.45	10.45-12.15	10.50-12.15
Возвращение с прогулки, самостоят. деят. детей	11.45-12.00	11.45-12.00	12.15-12.25	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, дыхательная гимнастика, игры, самост. деят. детей	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.40
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность, игры, развлечения	15.50-16.10	15.50-16.10	15.50 - 16.20	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (самост. деят. детей)	16.10-18.10	16.10-18.10	16.20-18.20	16.20-18.20
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.10-19.00	18.10-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00
Продолжительность сна в детском саду	2ч 30 мин	2ч 30 мин	2ч 10 мин	2ч 10 мин
Продолжительность прогулки в детском саду	3ч 15 мин	3ч 15 мин	3ч 35 мин	3ч 30 мин
				2 часа 3 часа 30 мин



детский сад № 251  
Каширина  
08.2022

### РЕЖИМ ДНЯ ГРУППЫ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Режим дня	И младшая ГКП
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	8.00-8.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-9.00
Организованная детская деятельность	9.10-9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.30-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)	10.30-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	11.45-12.00
<b>Продолжительность прогулки в детском саду</b>	1ч 15 мин
<b>НОД в д/с (максим. объем нагрузки в день)</b>	20 мин



### ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ В ДОУ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Режимные моменты	Время
Прим детей, осмотр, утренний фильтр	9.00 – 9.15
Совместная, самостоятельная деятельность. Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми	9.15 – 11.30
Уход детей домой	11.30 – 12.00