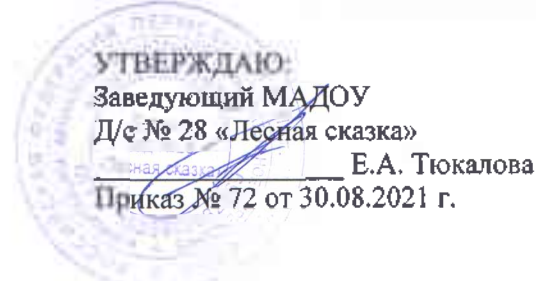


РЕЖИМ ДНЯ

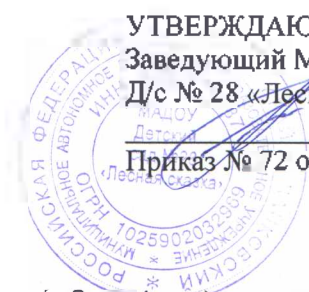
Группа раннего возраста № 2 «Цыплята» (с 1 до 2 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели	
	Понедельник, среда	Вторник, четверг, пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 7.55	7.00 – 7.55
Утренняя гимнастика (в группе)	7.55 – 8.05	7.55 – 8.05
Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку)	8.05 – 8.15	8.05 – 8.15
Завтрак	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Образовательная деятельность (1 подгруппа) (в т.ч. физ. мин.)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.10
Второй завтрак	9.10 – 9.15	9.10 – 9.15
Самостоятельная деятельность	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20
Образовательная деятельность (2 подгруппа) (в т.ч. физ. мин.)	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30
Самостоятельная деятельность (игры)	(2): 9.00 – 9.10 (1): 9.20 – 9.30	(2): 9.00 – 9.10 (1): 9.20 – 9.30
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45
Прогулка	9.45 – 11.00	9.45 – 11.00
Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, игры)	11.00 – 11.15	11.00 – 11.15
Самостоятельная деятельность (подготовка к обеду)	11.15 – 11.25	11.15 – 11.25
Обед	11.25 – 11.45	11.25 – 11.45
Подготовка к дневному сну	11.45 – 12.00	11.45 – 12.00
Дневной сон	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Самостоятельная деятельность	–	15.30 – 15.35
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	15.30 – 15.40	(1): 15.35 – 15.45 (2): 15.55 – 16.05
Самостоятельная деятельность	–	(2): 15.35 – 15.45 (1): 15.55 – 16.05
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	15.40 – 15.55	16.05 – 16.10
Прогулка	15.55 – 16.35	16.10 – 16.35
Возвращение с прогулки	16.35 – 16.50	16.35 – 16.50
Подготовка к ужину	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00
Ужин	17.00 – 17.15	17.00 – 17.15
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30
Прогулка, игры, уход детей домой	17.30 – 19.00	17.30 – 19.00
Продолжительность дневной образовательной нагрузки	20 мин	20 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 25 мин	3 часа 10 мин
Дневной сон	3 часа	3 часа



РЕЖИМ ДНЯ
Первая младшая группа № 3 «Улыбка» (с 2 до 3 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели	
	Понедельник, среда	Вторник, четверг, пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 7.55	7.00 – 7.55
Утренняя гимнастика (в группе)	7.55 – 8.05	7.55 – 8.05
Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку)	8.05 – 8.15	8.05 – 8.15
Завтрак	8.15 – 8.30	8.15 – 8.30
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Образовательная деятельность (1 подгруппа) (в т.ч. физ. мин.)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.10
Второй завтрак	9.10 – 9.15	9.10 – 9.15
Самостоятельная деятельность	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20
Образовательная деятельность (2 подгруппа) (в т.ч. физ. мин.)	9.20 – 9.30	9.20 – 9.30
Самостоятельная деятельность	(2): 9.00 – 9.10 (1): 9.20 – 9.30	(2): 9.00 – 9.10 (1): 9.20 – 9.30
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45
Прогулка	9.45 – 11.10	9.45 – 11.10
Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, игры)	11.10 – 11.25	11.10 – 11.25
Подготовка к обеду	11.25 – 11.30	11.25 – 11.30
Обед	11.30 – 11.50	11.30 – 11.50
Подготовка к дневному сну	11.50 – 12.00	11.50 – 11.55
Дневной сон	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Самостоятельная деятельность (игры)	15.30 – 15.50	15.30 – 15.35
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	15.50 – 16.00	(1): 15.35 – 15.45 (2): 15.55 – 16.05
Самостоятельная деятельность	–	(2): 15.35 – 15.45 (1): 15.55 – 16.05
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	16.00 – 16.15	16.05 – 16.15
Прогулка	16.15 – 16.40	16.15 – 16.40
Возвращение с прогулки	16.40 – 16.50	16.40 – 16.55
Подготовка к ужину	16.50 – 17.00	16.50 – 17.00
Ужин	17.00 – 17.15	17.00 – 17.15
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30
Прогулка, игры, уход детей домой	17.30 – 19.00	17.30 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	20 мин	20 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 20 мин	3 ч. 20 мин
Продолжительность дневного сна	3 часа	3 часа

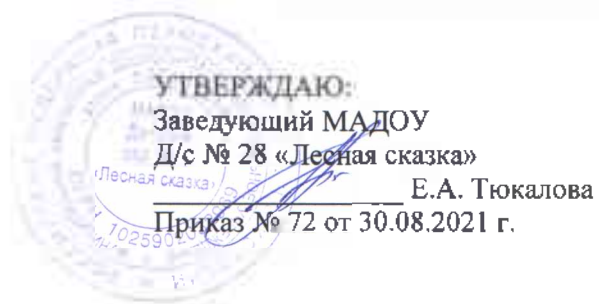


УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ
Д/с № 28 «Лесная сказка»
Е.А. Тюкалова
Приказ № 72 от 30.08.2021 г.

РЕЖИМ ДНЯ

Вторая младшая группа № 6 «Светлячки» (с 3 до 4 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели		
	Понедельник, четверг, пятница	Вторник	Среда
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку)	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35
Самостоятельная деятельность (игры)	–	8.35 – 8.50	8.35 – 8.50
Самостоятельная деятельность (подготовка к образовательной деятельности)	8.35 – 8.45	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	8.45 – 9.00	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15
Второй завтрак	9.00 – 9.05	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20
Самостоятельная деятельность	9.05 – 9.10	9.20 – 9.45	9.20 – 9.30
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.10 – 9.25	–	–
Самостоятельная деятельность	9.25 – 9.45	–	–
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	9.45 – 10.00	9.45 – 10.00	9.30 – 9.45
Прогулка	10.00 – 11.30	10.00 – 11.30	9.45 – 11.30
Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, игры)	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45
Подготовка к обеду	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Обед	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15
Подготовка к дневному сну	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20
Самостоятельная деятельность (игры)	15.20 – 15.35	–	15.20 – 16.10
Образовательная деятельность (ОД) (в т.ч. физ. мин.)	–	15.20 – 15.35	16.10 – 16.25
Самостоятельная деятельность (игры)	–	–	16.25 – 16.55
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	15.35 – 15.50	15.35 – 15.50	–
Прогулка	15.50 – 16.40	15.50 – 16.40	–
Возвращение с прогулки	16.40 – 16.55	16.40 – 16.55	–
Подготовка к ужину	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05
Ужин	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35
Прогулка, игры, уход детей домой	17.35 – 19.00	17.35 – 19.00	17.35 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	30 мин	30 мин	30 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 45 мин.	3 часа 45 мин.	3 ч. 10 мин.
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.



РЕЖИМ ДНЯ

Вторая младшая группа № 7 «Весёлые гномики» (с 3 до 4 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели			
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг, пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку (С/Д)	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35
Самостоятельная деятельность (игры)	8.35 – 8.50	8.35 – 8.50	8.35 – 8.50	8.35 – 9.00
Самостоятельная деятельность (подготовка к образовательной деятельности)	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	9.00 – 9.10
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.10 – 9.25
Второй завтрак	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20	9.25 – 9.30
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	9.20 – 9.40	9.20 – 9.30	9.30 – 9.35
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	–	–	9.35 – 9.50
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	9.40 – 9.55	9.40 – 9.55	9.30 – 9.45	9.50 – 10.05
Прогулка	9.55 – 11.30	9.55 – 11.30	9.45 – 11.30	10.05 – 11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45
Подготовка к обеду	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Обед	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15	11.55 – 12.15
Подготовка к дневному сну	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30	12.15 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20	15.15 – 15.20
Самостоятельная деятельность (подготовка к ОД, игры)	15.20 – 15.30	15.20 – 15.45	–	15.20 – 15.25
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	15.30 – 15.45	15.45 – 16.00	16.35 – 16.50	–
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	15.45 – 16.00	16.00 – 16.15	15.20 – 15.35	15.25 – 15.40
Прогулка	16.00 – 16.40	16.15 – 16.45	15.35 – 16.10	15.40 – 16.40
Возвращение с прогулки	16.40 – 16.55	16.45 – 17.00	16.10 – 16.35	16.40 – 16.55
Самостоятельная деятельность (игры)	–	–	16.50 – 16.55	–
Подготовка к ужину	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05
Ужин	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20
Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке)	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35
Прогулка, игры, уход детей домой	17.35 – 19.00	17.35 – 19.00	17.35 – 19.00	17.35 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 40 мин	3 часа 30 мин	3 часа 45 мин	3 часа 50 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин

РЕЖИМ ДНЯ

Средняя группа № 5 «Мультишки» (с 4 до 5 лет)
 2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку (С/Д)	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40
Самостоятельная деятельность (игры)	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	–	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Подготовка к образовательной деятельности (С/Д)	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 8.50	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	8.50 – 9.10	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20
Второй завтрак	9.20 – 9.25	9.20 – 9.25	9.10 – 9.15	9.20 – 9.25	9.20 – 9.25
Самостоятельная деятельность (игры)	9.25 – 9.35	9.25 – 9.35	9.15 – 9.20	9.25 – 9.35	9.25 – 9.30
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	–	9.20 – 9.40	–	–
Подготовка к прогулке	9.35 – 9.50	9.35 – 9.50	9.40 – 9.55	9.35 – 9.50	9.30 – 9.45
Прогулка	9.50 – 11.35	9.50 – 11.35	9.55 – 11.35	9.50 – 11.35	9.45 – 11.35
Возвращение с прогулки, игры (С/Д)	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50
Подготовка к обеду	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20
Подготовка к дневному сну	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к ОД)	15.25 – 16.10	15.25 – 16.10	15.25 – 15.35	15.25 – 15.30	15.25 – 16.10
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	16.10 – 16.30	16.10 – 16.30	–	15.30 – 15.50	16.10 – 16.30
Самостоятельная деятельность (игры)	16.30 – 17.00	16.30 – 17.00	–	–	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке	–	–	15.35 – 15.50	15.50 – 16.05	–
Прогулка	–	–	15.50 – 16.45	16.05 – 16.45	–
Возвращение с прогулки, игры	–	–	16.45 – 17.00	16.45 – 17.00	–
Подготовка к ужину	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10
Ужин	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25
Подготовка к прогулке	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40
Прогулка, игры, уход детей домой	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	40 мин	40 мин	40 мин	40 мин	40 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 05 мин	3 часа 05 мин	3 часа 55 мин	3 часа 45 мин	3 часа 10 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин

РЕЖИМ ДНЯ

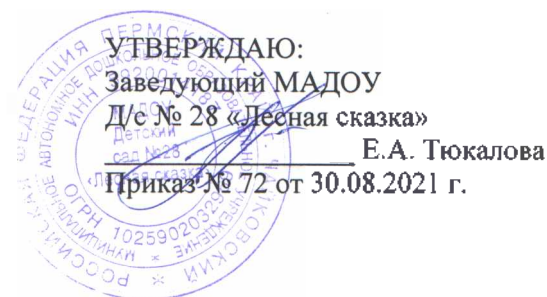
Средняя группа № 9 «Пчёлки» (с 4 до 5 лет)
 2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры)	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25	8.20 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40
Самостоятельная деятельность (игры)	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	–	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 8.50	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	8.50 – 9.10	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20
Второй завтрак	9.20 – 9.25	9.20 – 9.25	9.10 – 9.15	9.20 – 9.25	9.20 – 9.25
Самостоятельная деятельность	9.25 – 9.30	9.25 – 9.30	9.15 – 9.20	9.25 – 9.30	9.25 – 9.30
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	–	9.20 – 9.40	–	–
Подготовка к прогулке	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45	9.40 – 9.55	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45
Прогулка	9.45 – 11.35	9.45 – 11.35	9.55 – 11.35	9.45 – 11.35	9.45 – 11.35
Возвращение с прогулки, игры	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50	11.35 – 11.50
Подготовка к обеду	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20
Подготовка к дневному сну	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15	15.10 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Самостоятельная деятельность	–	–	15.25 – 15.35	15.25 – 16.00	–
Подготовка к прогулке	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40	15.35 – 15.50	–	15.25 – 15.40
Прогулка	15.40 – 16.25	15.40 – 16.25	15.50 – 16.45	–	15.40 – 16.20
Возвращение с прогулки, игры	16.25 – 16.40	16.25 – 16.40	16.45 – 17.00	–	16.20 – 16.40
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	16.40 – 17.00	16.40 – 17.00	–	16.00 – 16.20	16.40 – 17.00
Самостоятельная деятельность	–	–	–	16.20 – 17.00	–
Подготовка к ужину (С/Д)	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10
Ужин	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25	17.10 – 17.25
Подготовка к прогулке (С/Д)	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40	17.25 – 17.40
Прогулка, игры, уход детей домой	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	40 мин	40 мин	40 мин	40 мин	40 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 55 мин	3 часа 55 мин	3 часа 55 мин	3 часа 10 мин	3 часа 50 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин

РЕЖИМ ДНЯ

Старшая группа № 1 «Капитошка» (с 5 до 6 лет)
 2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры, выход на утреннюю гимнастику)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на улице)	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40
Самостоятельная деятельность (игры)	–	–	8.40 – 9.05	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 8.45	8.40 – 8.45	9.05 – 9.15	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	8.45 – 9.10	8.45 – 9.10	9.15 – 9.40	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25
Второй завтрак	9.10 – 9.15	9.10 – 9.15	9.40 – 9.45	9.25 – 9.30	9.25 – 9.30
Самостоятельная деятельность (игры)	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20	9.45 – 9.50	9.30 – 9.35	9.30 – 9.55
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.20 – 9.45	9.20 – 9.45	9.50 – 10.15	9.35 – 10.00	10.45 – 11.10 на улице
Самостоятельная деятельность (игры)	9.45 – 10.05	–	–	–	–
Подготовка к прогулке	10.05 – 10.15	9.45 – 9.55	10.15 – 10.25	10.00 – 10.10	9.55 – 10.05
Прогулка	10.15 – 11.45	9.55 – 11.45	10.25 – 11.45	10.10 – 11.45	10.05 – 11.45
Возвращение с прогулки, игры	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Самостоятельная деятельность	–	–	–	–	–
Подготовка к обеду	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05
Обед	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25
Подготовка к дневному сну	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Самостоятельная деятельность	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	–	–	15.35 – 15.45
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	15.45 – 16.10	–	16.30 – 16.55	–
Подготовка к прогулке	15.45 – 15.55	16.10 – 16.20	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.45 – 15.55
Прогулка	15.55 – 16.55	16.20 – 16.55	15.45 – 16.55	15.45 – 16.15	15.55 – 16.55
Возвращение с прогулки	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.15 – 16.30	16.55 – 17.05
Самостоятельная деятельность (игры)	–	–	–	16.55 – 17.05	–
Подготовка к ужину	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15
Ужин	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30
Подготовка к прогулке	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40
Прогулка, игры, уход детей домой	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	50 мин	75 мин	50 мин	75 мин	50 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 50 мин	3 часа 45 мин	3 часа 50 мин	3 часа 25 мин	4 часа
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин



РЕЖИМ ДНЯ

Старшая группа № 10 «Ромашка» (с 5 до 6 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры, выход на утреннюю гимнастику)	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (на улице)	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40
Самостоятельная деятельность (игры)	–	–	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 8.45	8.40 – 8.45	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	8.45 – 9.10	8.45 – 9.10	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25	9.00 – 9.25
Второй завтрак	9.10 – 9.15	9.10 – 9.15	9.25 – 9.30	9.25 – 9.30	9.25 – 9.30
Самостоятельная деятельность	9.15 – 9.20	9.15 – 9.20	9.30 – 9.35	9.30 – 9.35	9.30 – 9.55
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.20 – 9.45	9.20 – 9.45	9.35 – 10.00	9.35 – 10.00	11.20 – 11.45 на улице
Самостоятельная деятельность (игры)	9.45 – 10.05	9.45 – 9.55	–	–	–
Подготовка к прогулке	10.05 – 10.15	9.55 – 10.05	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	9.55 – 10.05
Прогулка	10.15 – 11.45	10.05 – 11.45	10.10 – 11.45	10.10 – 11.45	10.05 – 11.45
Возвращение с прогулки, игры	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Подготовка к обеду	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05
Обед	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25
Подготовка к дневному сну	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Самостоятельная деятельность	–	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	–
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	–	–	15.45 – 16.10	15.35 – 16.00
Подготовка к прогулке (С/Д)	15.35 – 15.45	15.45 – 15.55	15.45 – 15.55	16.10 – 16.20	16.00 – 16.10
Прогулка	15.45 – 16.55	15.55 – 16.55	15.55 – 16.55	16.20 – 16.55	16.10 – 16.55
Возвращение с прогулки, игры	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	16.55 – 17.05	–	16.55 – 17.05
Подготовка к ужину	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15	17.05 – 17.15
Ужин	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30	17.15 – 17.30
Подготовка к прогулке	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40	17.30 – 17.40
Прогулка, игры, уход детей домой	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00	17.40 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	50 мин	50 мин	50 мин	75 мин	75 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 50 мин	4 часа	3 часа 55 мин	3 часа 30 мин	3 часа 45 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин

РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа № 4 «Мечтатели» (с 6 до 7 лет)
 2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели			
	Понедельник, вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры, выход на утреннюю гимнастику)	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика (на улице)	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
Самостоятельная деятельность (игры)	8.45 – 9.05	8.45 – 8.50	–	–
Подготовка к образовательной деятельности	9.05 – 9.15	8.50 – 9.00	8.45 – 8.50	8.45 – 8.55
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.15 – 9.45	9.00 – 9.30	8.50 – 9.20	8.55 – 9.25
Второй завтрак	9.45 – 9.50	9.30 – 9.35	9.20 – 9.25	9.25 – 9.30
Самостоятельная деятельность	9.50 – 9.55	9.35 – 9.40	9.25 – 9.30	9.30 – 9.35
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.55 – 10.25	9.40 – 10.10	9.30 – 10.00	9.35 – 10.05
Самостоятельная деятельность	–	10.10 – 10.20	10.00 – 10.10	10.05 – 10.15
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	–	11.15 – 11.45 (улица)	10.10 – 10.40	–
Подготовка к прогулке	10.25 – 10.35	10.20 – 10.30	10.40 – 10.50	10.15 – 10.25
Прогулка	10.35 – 11.45	10.30 – 11.45	10.50 – 11.45	10.25 – 11.45
Возвращение с прогулки, игры	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Подготовка к обеду	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05
Обед	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25
Подготовка к дневному сну	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Самостоятельная деятельность	–	15.35 – 15.50	–	–
Подготовка к прогулке	15.35 – 15.45	15.50 – 16.00	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45
Прогулка	15.45 – 17.00	16.00 – 17.00	15.45 – 17.00	15.45 – 17.00
Возвращение с прогулки	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, игры	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20
Ужин	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35
Подготовка к прогулке	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45
Прогулка, игры, уход детей домой	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	60 мин	90 мин	90 мин	60 мин
Продолжительность прогулки	3 часа 40 мин	3 часа 30 мин	3 часа 25 мин	3 часа 50 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин

РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа № 8 «Почемучки» (с 6 до 7 лет)
2021 – 2022 учебный год (холодный период)

Деятельность, проводимая с детьми	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием, осмотр, измерение температуры. Самостоятельная деятельность (игры, выход на утреннюю гимнастику)	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика (на улице)	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
Самостоятельная деятельность (игры)	8.45 – 9.05	8.45 – 9.45	8.45 – 8.55	8.45 – 8.50	8.45 – 9.25
Подготовка к образовательной деятельности	9.05 – 9.15	9.45 – 9.55	8.55 – 9.05	8.50 – 9.00	9.25 – 9.35
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.15 – 9.45	9.55 – 10.25	9.05 – 9.35	9.00 – 9.30	9.35 – 10.05
Второй завтрак	9.45 – 9.50	10.25 – 10.30	9.35 – 9.40	9.30 – 9.35	10.05 – 10.10
Самостоятельная деятельность (игры)	9.50 – 9.55	10.30 – 10.35	9.40 – 9.45	9.35 – 10.00	10.10 – 10.15
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	9.55 – 10.25	10.35 – 11.05	9.45 – 10.15	11.15 – 11.45 (улица)	10.15 – 10.45
Самостоятельная деятельность (игры)	10.25 – 10.35	–	10.15 – 10.25	–	–
Образовательная деятельность (в т.ч. физ. мин.)	10.35 – 11.05	–	10.25 – 10.55	–	–
Подготовка к прогулке	11.05 – 11.15	11.05 – 11.15	10.55 – 11.05	10.00 – 10.10	10.45 – 10.55
Прогулка	11.15 – 11.45	11.15 – 11.45	11.05 – 11.45	10.10 – 11.45	10.55 – 11.45
Возвращение с прогулки, игры	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55	11.45 – 11.55
Подготовка к обеду	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05	11.55 – 12.05
Обед	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25	12.05 – 12.25
Подготовка к дневному сну	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30	12.25 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35	15.25 – 15.35
Самостоятельная деятельность	–	–	–	15.35 – 15.50	–
Подготовка к прогулке	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.50 – 16.00	15.35 – 15.45
Прогулка	15.45 – 17.00	15.45 – 17.00	15.45 – 17.00	16.00 – 17.00	15.45 – 17.00
Возвращение с прогулки	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, игры	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20	17.10 – 17.20
Ужин	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35	17.20 – 17.35
Подготовка к прогулке	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45	17.35 – 17.45
Прогулка, игры, уход детей домой	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00	17.45 – 19.00
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	90 мин	60 мин	90 мин	60 мин	60 мин
Продолжительность прогулки	3 часа	4 часа	3 часа 10 мин	3 часа 50 мин	3 часа 20 мин
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин