

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В ГРУППАХ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.05-8.15
Завтрак	8.15-8.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.40 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.09 9.20 – 9.29
Подготовка к прогулке (одевание)	9.29-10.00
Прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.00-11.20
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.20-11.30
Обед	11.30-11.50
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.20
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
Занятие 2	15.40-15.49 16.00-16.09
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.09-17.00
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.00-17.10
Ужин	17.10-17.25
Игры, уход детей домой	17.25-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В ГРУППАХ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.05-8.15
Завтрак	8.15-8.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.40 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.09 9.20 – 9.29
Подготовка к прогулке (одевание)	9.29-10.00
Прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.00-11.20
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.20-11.30
Обед	11.30-11.50
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.20
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
Занятие 2	15.40-15.49 16.00-16.09
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.09-17.00
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.00-17.10
Ужин	17.10-17.25
Игры, уход детей домой	17.25-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.20-8.30
Завтрак	8.30-9.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.45 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.15
Перерыв между занятиями	9.15-9.25
Занятие 2	9.25-9.40
Подготовка к прогулке (одевание)	9.40-10.00
Прогулка	10.00-11.20
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.20-11.30
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.30-11.40
Обед	11.40-12.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.00-12.15
Дневной сон	12.15-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.15
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.35-15.45
Подготовка к прогулке (одевание)	15.45-16.00
Прогулка	16.00-16.40
Возвращение с прогулки (раздевание)	16.40-17.00
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.00-17.15
Ужин	17.15-17.30
Игры, уход детей домой	17.30-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.30-8.40
Завтрак	8.40-8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.50 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.20
Перерыв между занятиями	9.20-9.30
Занятие 2	9.30-9.50
Подготовка к прогулке (одевание)	9.50-10.05
Прогулка	10.05-11.25
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.25-11.40
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.40-11.55
Обед	11.55-12.15
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.15-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.15
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.35-15.45
Подготовка к прогулке (одевание)	15.45-16.00
Прогулка	16.00-16.45
Возвращение с прогулки (раздевание)	16.45-16.55
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	16.55-17.10
Ужин	17.10-17.25
Игры, уход детей домой	17.25-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.10-8.30
Завтрак	8.30-8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.50 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.25
Перерыв между занятиями	9.25-9.35
Занятие 2	9.35-9.55
Подготовка к прогулке (одевание)	9.55-10.10
Прогулка	10.10-11.35
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.35-11.45
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.45-12.00
Обед	12.00-12.20
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.20-12.35
Дневной сон	12.35-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.15
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.35-15.45
Занятие 3	15.45-16.10
Подготовка к прогулке (одевание)	16.10-16.20
Прогулка	16.20-17.00
Возвращение с прогулки (раздевание)	17.00-17.10
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.10-17.20
Ужин	17.20-17.35
Игры, уход детей домой	17.35-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.20-8.30
Завтрак	8.30-8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.50 – 9.00
Занятие 1	9.00-9.25
Перерыв между занятиями	9.25-9.35
Занятие 2	9.35-9.55
Подготовка к прогулке (одевание)	9.55-10.10
Прогулка	10.10-11.35
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.35-11.45
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.45-12.00
Обед	12.00-12.20
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.20-12.35
Дневной сон	12.35-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.15
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.35-15.45
Занятие 3	15.45-16.10
Подготовка к прогулке (одевание)	16.10-16.20
Прогулка	16.20-17.00
Возвращение с прогулки (раздевание)	17.00-17.10
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.10-17.20
Ужин	17.20-17.35
Игры, уход детей домой	17.35-19.00

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 26
общеразвивающего вида»
Т.С. Каминская

РЕЖИМ ДНЯ

на холодный период

В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, индивидуальная работа и другое)	8.10-30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	8.30-8.40
Завтрак	8.40-9.00
Занятие 1	9.00-9.30
Перерыв между занятиями	9.30-9.40
Занятие 2	9.40-10.10
Перерыв между занятиями	10.10-10.20
Занятие 3	10.20-10.50
Подготовка к прогулке (одевание)	10.50-11.00
Прогулка	11.00-11.45
Возвращение с прогулки (раздевание)	11.45-11.55
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.55-12.10
Обед	12.10-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.30-12.40
Дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (воздушные ванны, «дорожка здоровья»)	15.00-15.15
Гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.25
Полдник	15.25-15.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.35-15.45
Подготовка к прогулке (одевание)	15.45-16.00
Прогулка	16.00-17.10
Возвращение с прогулки (раздевание)	17.10-17.20
Подготовка к ужину, гигиенические процедуры	17.20-17.30
Ужин	17.30-17.45
Игры, уход детей домой	17.45-19.00