



РЕЖИМ ДНЯ

МДОУ детский сад «Тополь» Кимрского района Тверской области
(с 10,5 часовым пребыванием детей)

Холодный период

Режимные мероприятия	Первая младшая группа 1,5-3 года	Вторая младшая и средняя группа 3-5 лет	Старшая и подготовительная группа 5-7 лет
Прием и осмотр детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ¹⁵ -8 ²⁵ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁵ (15 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8 ²⁵ -8 ⁵⁰ (25 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	8 ³⁵ -8 ⁵⁰ (15 мин)
Подготовка к ОДД, самостоятельная деятельность детей	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
ОДД №1, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин)	9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин)
Самостоятельная деятельность детей	9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)
ОДД №2, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)	9 ⁴⁰ -10 ¹⁰ (30 мин)
Самостоятельная деятельность детей	—	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)	10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин)
Подготовка к прогулке.	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)	10 ²⁰ -10 ²⁵ (5 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке	9 ⁴⁰ -11 ³⁰ (1 ч 50 мин)	10 ¹⁰ -12 ¹⁰ (2 часа)	10 ²⁵ -12 ²⁵ (2 часа)
	45 мин	30 мин	35 мин
Самостоятельная деятельность детей	—	12 ¹⁰ -12 ³⁰ (20 мин)	12 ²⁵ -12 ³⁵ (10 мин)
Подготовка к обеду. Обед	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)	12 ³⁰ -12 ⁵⁰ (20 мин)	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)	12 ⁵⁰ -13 ⁰⁰ (10 мин)	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)
Сон	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 часа)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 часа)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 часа)
Постепенный подъём. Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
ОДД №3, включающая в себя физминутку, дыхательную гимнастику, игровые упражнения/ совместная деятельность взрослого с детьми	15 ²⁰ -15 ³⁰ (10 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁵ (20 мин)	15 ¹⁰ -15 ⁴⁰ (30 мин)
Подготовка к ужину. Ужин.	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)	15 ⁴⁰ -15 ⁵⁵ (15 мин)
Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁵ -16 ⁰⁰ (5 мин)
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей на прогулке. Уход домой.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 45 мин	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 30 мин	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 40 мин



РЕЖИМ ДНЯ

МДОУ детский сад «Тополек» Кимрского района Тверской области

Теплый период

Режимные мероприятия	Первая младшая группа 1,5-3 года	Вторая младшая и средняя группа 3-5 лет	Старшая и подготовительная группа 5-7 лет
Прием и осмотр детей; Самостоятельная деятельность детей	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)	7 ³⁰ -8 ¹⁰ (40 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ¹⁵ -8 ²⁵ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁵ (15 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8 ²⁵ -8 ⁵⁰ (25 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	8 ³⁵ -8 ⁵⁰ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин)
ПРОГУЛКА: 1.ОДД на прогулке 2.Самостоятельная деятельность детей	9 ¹⁵ -11 ³⁰ (2ч15 мин) 9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин) 60 мин	9 ¹⁵ -12 ⁰⁰ (2ч45 мин) 9 ¹⁵ -9 ³⁵ (20 мин) 60 мин	9 ¹⁵ -12 ¹⁰ (2ч 55мин) 9 ¹⁵ -9 ⁴⁵ (30 мин) 60 мин
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей	-	12 ⁰⁰ -12 ¹⁵ (15 мин)	12 ¹⁰ -12 ²⁵ (15 мин)
Подготовка к обеду. Обед	11 ³⁰ -11 ⁵⁵ (25 мин)	12 ¹⁵ -12 ⁴⁰ (25 мин)	12 ²⁵ -12 ⁴⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну	11 ⁵⁵ -12 ⁰⁰ (5 мин)	12 ⁴⁰ -12 ⁵⁰ (10 мин)	12 ⁴⁵ -12 ⁵⁵ (10 мин)
Сон	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 часа)	12 ⁵⁰ -15 ¹⁰ (2ч 20мин)	12 ⁵⁵ -15 ¹⁵ (2ч 20мин)
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ³⁰ (30 мин)	15 ¹⁰ -15 ³⁵ (25 мин)	15 ¹⁵ -15 ⁴⁰ (25 мин)
Подготовка к ужину. Ужин.	15 ³⁰ -15 ⁵⁰ (20 мин)	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)	15 ⁴⁰ -15 ⁵⁵ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (10 мин)	15 ⁵⁵ -16 ⁰⁰ (5 мин)
Прогулка: 1.ОДД на прогулке 2.Самостоятельная деятельность детей на прогулке. Уход домой.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 45 мин 18 ⁰⁰	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 30 мин 18 ⁰⁰	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ (2 часа) 35 мин 18 ⁰⁰