



Утверждаю
И.о.заведующего
А.А. Ахмедова
Приказ №83 от 27 августа 2021г

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, осмотр, термометрия 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 ²⁰ (10 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ¹⁵ -8 ³⁰ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁵ (15 мин)
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8 ³⁰ -8 ⁵⁰ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	8 ³⁵ -8 ⁵⁰ (15 мин)
Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	8 ⁵⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)
Образовательная нагрузка-занятие №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)
Образовательная нагрузка-занятие №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 ко второму завтраку. Второй завтрак	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁵ (15 мин)	10 ²⁰ -10 ³⁵ (15 мин)
Подготовка к прогулке. ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке	9 ⁵⁰ -11 ³⁰ (1 ч 40 мин)	10 ¹⁵ -11 ⁴⁰ (1 ч 25 мин)	10 ³⁵ -11 ⁵⁵ (1 ч 20 мин)
	45 мин	30 мин	35 мин
Самостоятельная деятельность детей		11 ⁴⁰ -12 ⁰⁰ (20 мин)	11 ⁵⁵ -12 ⁰⁵ (10 мин)
Подготовка к обеду. Обед	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)	12 ⁰⁰ -12 ²⁰ (20 мин)	12 ⁰⁵ -12 ²⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)	12 ²⁰ -12 ³⁰ (10 мин)	12 ²⁵ -12 ³⁰ (5 мин)
Сон	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 часа)	12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2 часа 30 мин)	12 ³⁰ -15 ⁰⁰ (2 часа 30 мин)
Постепенный подъем. Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ²⁰ (20 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
Образовательная нагрузка-занятие №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
	18 ⁰⁰	18 ⁰⁰	18 ⁰⁰