

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детского сада № 64
Т.И. Лаврентьева

Режим дня (по возрастам)
на холодный период
2022 – 2023 учебный год



<u>Режимные моменты</u>	2 младшая группа № 1	Средняя группа № 2,5	Старшая группа № 6	Подготовительная группа № 3,4
<u>ДОМА:</u> Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30-7.30	6.30 – 7.30	6.30-7.30
<u>В ДЕТСКОМ САДУ:</u> Прием и осмотр, игры	7.00-8.16	7.00-8.03	7.00-8.15	7.00-8.03
Утренняя гимнастика	7.53-8.00	8.03-8.13	8.15-8.25	8.27-8.37
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.13-8.40	8.25-8.40	8.37-8.55
Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к образовательной деятельности	8.30-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.55–9.00
НОД	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.10	9.00-10.15
2 – ой завтрак	10.00-10.10	10.00 - 10.15	10.10 - 10.15	10.15 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.45	10.15-11.40	10.15-11.40	10.20 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.30	11.40-12.30	11.40-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Подъем, закаливание	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.05
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20	15.10-15.15	15.10-15.15	15.05-15.15
Игры, досуги, совместная деятельность, НОД (старший возраст)	15.20-16.15	15.15-16.10	15.15-16.20	15.15-16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.40	16.10-16.40	16.20-16.45	16.10-16.40
Самостоятельные игры детей (игры, общение)	16.40-16.55	16.40-19.00	16.45-19.00	16.25-16.40
Прогулка, игры, уход детей домой	16.55-19.00	19.00-20.00	19.00-20.00	16.40-19.00
<u>ДОМА:</u> Прогулка	19.00-20.00	20.00-21.00	20.00-21.00	19.00-20.00
Спокойные игры	20.00-21.00	21.00-6.30	21.00-6.30	20.00- 21.00
Гигиенические процедуры, ночной сон	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30

Зам. зав. по УВР

М.С. Курносова