

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Мурманска № 80

Г.В. Кособуцкая

2023 г.



**РЕЖИМ ДНЯ  
ЯСЕЛЬНАЯ ГРУППА**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ	
	С	ДО
ПРИЁМ, ИГРЫ	7:00	8:05
ЗАРЯДКА	8:05	8:15
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8:15	8:45
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЯМ	8:45	9:00
ЗАНЯТИЯ: 1-е	9:00	9:10
	9:20	9:30
2-е	15:25	15:35
	15:45	15:55
ПОДГОТОВКА КО ВТОРОМУ ЗАВТРАКУ, ВТОРОЙ ЗАВТРАК	9:40	9:50
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	9:50	10:05
ПРОГУЛКА	10:05	11:20
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ, ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ	11:20	11:40
ОБЕД	11:40	12:00
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12:00	15:15
ПОДЪЁМ, БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА, ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	15:15	15:50
ПОЛДНИК	15:50	16:20
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16:20	16:45
ПРОГУЛКА	16:45	18:30

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Мурманска № 80

Г. В. Кособуцкая

2023 г.



**РЕЖИМ ДНЯ  
МЛАДШАЯ ГРУППА**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ	
	С	ДО
ПРИЁМ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВА	7:00	8:05
ЗАРЯДКА	8:05	8:15
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8:20	8:40
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЯМ	8:40	9:00
ЗАНЯТИЯ: 1-е	9:00	9:15
2-е	9:25	9:40
ПОДГОТОВКА КО ВТОРОМУ ЗАВТРАКУ, ВТОРОЙ ЗАВТРАК	9:45	9:55
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	9:55	10:10
ПРОГУЛКА	10:10	11:30
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ, ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ	11:30	11:45
ОБЕД	11:45	12:15
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12:15	15:00
ПОДЪЁМ, БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА	15:00	15:20
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПОЛДНИК	15:20	16:40
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16:40	17:00
ПРОГУЛКА	17:00	18:40



**РЕЖИМ ДНЯ  
 СРЕДНЯЯ ГРУППА**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ	
	С	ДО
ПРИЁМ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВА	7:00	8:05
ЗАРЯДКА	8:05	8:15
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8:20	8:50
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЯМ	8:50	9:00
ЗАНЯТИЯ: 1-е	9:00	9:20
2-е	9:30	9:50
ПОДГОТОВКА КО ВТОРОМУ ЗАВТРАКУ, ВТОРОЙ ЗАВТРАК	9:55	10:00
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10:00	10:15
ПРОГУЛКА	10:15	11:40
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ, ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ	11:40	11:55
ОБЕД	12:00	12:20
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12:20	15:00
ПОДЪЁМ, БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА	15:00	15:20
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	15:20	16:15
ПОЛДНИК	16:15	16:45
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16:45	17:00
ПРОГУЛКА	17:00	18:35



**РЕЖИМ ДНЯ  
РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ	
	С	ДО
ПРИЁМ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВА	7:00	8:20
ЗАРЯДКА	8:20	8:30
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8:30	8:55
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЯМ	8:55	9:00
ЗАНЯТИЯ: 1-е	9:00	9:30
2-е	9:40	10:10
3-е	10:20	10:50
ПОДГОТОВКА КО ВТОРОМУ ЗАВТРАКУ, ВТОРОЙ ЗАВТРАК	10:10	10:15
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10:50	11:00
ПРОГУЛКА	11:00	12:00
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ, ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ	12:00	12:10
ОБЕД	12:10	12:40
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12:40	15:10
ПОДЪЁМ, БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА	15:00	15:20
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	15:20	16:15
ПОЛДНИК	16:20	16:45
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16:45	17:00
ПРОГУЛКА	17:00	19:00

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

г. Мурманска № 80

Г.В. Кособуцкая

2023 г.



**РЕЖИМ ДНЯ  
ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ ГРУППА**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ВРЕМЯ	
	С	ДО
ПРИЁМ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВА	7:00	8:25
ЗАРЯДКА	8:25	8:35
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8:35	8:55
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЯМ	8:55	9:00
ЗАНЯТИЯ: 1-е	9:00	9:30
2-е	9:40	10:10
3-е	10:20	10:50
ПОДГОТОВКА КО ВТОРОМУ ЗАВТРАКУ, ВТОРОЙ ЗАВТРАК	10:10	10:15
ИГРЫ, ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10:50	11:00
ПРОГУЛКА	11:00	11:50
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ, ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ	11:50	12:05
ОБЕД	12:05	12:20
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12:30	15:00
ПОДЪЁМ, БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА	15:00	15:15
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	15:20	16:15
ПОЛДНИК	16:15	16:30
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16:25	16:45
ПРОГУЛКА	17:00	19:00