

Согласовано
Медицинская сестра
МДОУ «Детский сад № 207»
_____ М.В. Рязанова

Утверждаю
Заведующий
МДОУ «Детский сад № 207»
_____ Е.П.Щукина

РЕЖИМ ДНЯ
(холодный период)

Виды деятельности		I младшая		средняя		старшая		подготовительная	
		Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
В образовательном учреждении									
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность		07.00-08.00	60	07.00-08.25/07.00-08.05	80/65	07.00-08.10	70	07.00-08.20	80
Утренняя гимнастика		08.00-08.05	5	08.05-08.10	5	08.10-08.20	10	08.20-08.30	10
Самообслуживание. Дежурство (вводится со средней группы – вторая половина учебного года)		-	-	08.10-08.20	-/10	08.20-08.25	5	08.30-08.35	5
Культурно-гигиенические процедуры		08.05-08.10	5	08.20-08.25	5	08.25-08.30	5	08.35-08.40	5
Подготовка к завтраку. Завтрак		08.10-08.40	30	08.25-08.50	25	08.30-08.50	20	08.40-08.55	15
Культурно-гигиенические процедуры.		08.40-09.00	20	08.50-09.00	10	08.50-09.00	10	08.55-09.00	5
НОД	Непрерывная образовательная деятельность	09.00-09.30	10	09.00-09.50	20	09.00-10.00	25	09.00-10,50	30
			10		20		20		30
									30
	Перерывы между НОД		10		10		10-25		10 - 15
Совместная деятельность. Слушание, беседы, игры		09.30-10.30	60	09.50-10.30	40	10.15-10.30	15	-	-
2 Завтрак		10.30-10.40	10	10.30-10.40	10	10.30-10.40	10	10.30-10.40	10
Культурно-гигиенические процедуры		10.40-10.50	10	10.40-10.45	5	10.40-10.45	5	11.10-11.15	5
Подготовка к прогулке. Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые		10.50-11.50	70	10.45-12.10	85	10.45-12.15	90	11.15-12.30	75

игры и т.д. Возвращение с прогулки									
Подготовка к обеду, обед.		11.50-12.15	25	12.20-12.45	25	12.20-12.45	25	12.35-12.55	20
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну		12.15-12.20	5	12.45-13.00	15	12.45-13.00	15	12.55-13.00	5
Дневной сон		12.20-15.20	180	13.00-15.00	120	13.00-15.00	120	13.00-15.00	120
Постепенный подъём. Гимнастика пробуждения, воздушно-водные процедуры		15.20-15.35	15	15.00-15.20	20	15.00-15.20	10	15.00-15.20	20
Культурно-гигиенические процедуры		15.35-15.45	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10
Образовательная деятельность		15.45-15.55	10	-	-	15.30-15.55	25	15.30-16.00	30
Досуги, театрализация, индивидуальная работа и т.д.		15.50-16.15	25	15.30-16.15	45	15.55-16.15/ 15.30-16.15	20/45	16.00-16.30/ 15.30-16.25	25/55
Культурно-гигиенические процедуры		16.15-16.20	5	16.15-16.20	5	16.15-16.20	5	16.25-16.30	5
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник		16.20-16.40	20	16.20-16.40	20	16.20-16.40	20	16.30-16.50	20
Культурно-гигиенические процедуры		16.40-16.50	10	16.40-16.50	10	16.40-16.45	5	16.50-16.55	5
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам		16.50-17.30	40	16.50–17.35	45	16.45-17.40	45	16.55-17.30	35
Культурно-гигиенические процедуры, подготовка к прогулке		17.30-17.40	10	17.35-17.40	5	17.40-17.45	5	17.30-17.35	5
Подготовка к прогулке. Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры. Постепенный уход домой.		17.40-19.00	80	17.40-19.00	80	17.40-19.00	80	17.35 – 19.00	85
Общий подсчет	На непосредственно образовательную деятельность		20		40		45/45+25		90/ 60+30
	На прогулку		140		165		170		160
	На самостоятельную деятельность (без учёта времени на самостоятельные игры на прогулке)		170		180		170/195		150/180
Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон		19.00-20.40 20.40-06.30							

Согласовано
Медицинская сестра
МДОУ «Детский сад № 207»
_____ М.В. Рязанова

Утверждаю
Заведующий
МДОУ «Детский сад № 207»
_____ Е.П.Щукина

РЕЖИМ ДНЯ
(теплый период)

Виды деятельности	I младшая		средняя		старшая		подготовительная	
	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
В образовательном учреждении								
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	60	07.00-08.15	75	07.00-08.20	80	07.00-08.25	85
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	5	08.10-08.20	10	08.20-08.30	10	08.25-08.35	10
Самообслуживание. Дежурство (вводится со средней группы – вторая половина учебного года)	-	-	08.05-08.10	-	08.10-08.20	10	08.20-08.25	5
Культурно-гигиенические процедуры	08.05-08.10	5	08.20-08.25	5	08.30-08.35	5	08.35-08.40	5
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.10-08.40	30	08.25-08.50	25	08.30-08.50	20	08.40-08.55	15
Культурно-гигиенические процедуры. Игры	08.40-09.00	20	08.45-09.10	25	08.55-09.05	10	08.55-09.30	35
Совместная деятельность. Слушание, беседы, игры	09.00-09.15	15	09.10-09.30	20	9.05-9.45	40	10.10-10.20	10
Подготовка к прогулке. Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д.	09.15-11.35	140	09.30-12.15	165	9.45-12.30	165	09.30-12.30	180
2 Завтрак	10.30-10.40	10	10.30-10.40	10	10.30-10.40	10	10.30-10.40	10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.35-11.50	15	12.15-12.25	10	12.30-12.35	5	12.30-12.35	5
Обед.	11.50-12.15	25	12.25-12.45	20	12.35-12.55	20	12.35-12.55	20
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну. Дневной сон	12.15-15.15	180	12.45-15.00	135	12.55-15.00	125	12.55-15.00	125

Постепенный подъём. Гимнастика пробуждения, воздушно-водные процедуры		15.15-15.30	15	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20	15.00-15.20	20
Культурно-гигиенические процедуры		15.30-15.40	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10	15.20-15.30	10
Досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д		15.40-16.15	35	15.30-16.15	45	15.30-16.15	45	15.30-16.25	55
Культурно-гигиенические процедуры		16.15-16.20	5	16.15-16.20	5	16.15-16.20	5	16.25-16.30	5
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник		16.20-16.40	20	16.20-16.40	20	16.20-16.40	20	16.30-16.50	20
Самостоятельная деятельность, игры		16.40-17.00	20	16.40-17.00	20	16.40-17.00	20	16.50-17.00	10
Культурно-гигиенические процедуры, подготовка к прогулке. Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры. Постепенный уход домой.		17.00-19.00	120	17.00-19.00	120	17.00-19.00	120	17.00-19.00	120
Общий подсчет	На непосредственно образовательную деятельность								
	На прогулку	260		285		285		300	
	На самостоятельную деятельность (без учёта времени на самостоятельные игры на прогулке)	170		205		185		180	
Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон		19.00-20.40 20.40-06.30							