

Утверждено:
Заведующий
МБДОУ №31 г. Апатиты
_____ М.В. Едемская
Приказ № 36-2/о от 31.08.2022

РЕЖИМ ДНЯ

(холодный период времени)

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

Компоненты распорядка дня	<i>Время</i>
Прием детей, игры	7.00 -7.50
Утренняя гимнастика (группа)	7.50 – 8.00
Гигиенические процедуры перед завтраком	8.00-8.10
Завтрак	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40- 9.00
Непосредственно-образовательная деятельность по подгруппам	8.45-9.30
Подготовка к прогулке, сок	9.30-9.50
Прогулка	9.50-11.00
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду	11.00-11.25
Обед	11.25-11.50
Подготовка ко сну, сон	11.50-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, полдник	15.00-15.20
Непосредственно-образовательная деятельность по подгруппам	15.25-15.55
Подготовка к ужину	15.55-16.05
Ужин	16.05-16.45
Игры, подготовка к прогулке	16.45-17.10
Прогулка, игры, уход домой	17.10-19.00

РЕЖИМ ДНЯ

(холодный период времени)

в группе детей младше - среднего дошкольного возраста

(3 – 5 лет)

Компоненты распорядка дня	Время
Прием, игры	7.00-7.55
Утренняя гимнастика	7.55- 8.05
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.05-8.20
Завтрак	8.20- 8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45-9.00
Непосредственно-образовательная деятельность	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, сок	10.00-10.15
Прогулка	10.15-11.40
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.40-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.10
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.10-15.25
Полдник	15.25 - 15.30
Совместная деятельность взрослых и детей, игры	15.30-16.15
Подготовка к ужину	16.15-16.20
Ужин	16.20-16.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	16.50-17.10
Прогулка, уход детей домой	17.10-19.00

РЕЖИМ ДНЯ

(холодный период времени)

в группе старшего – подготовительного дошкольного возраста
(5-7 лет)

Компоненты распорядка дня	Время
Прием детей, игры	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 - 8.27
Подготовка к завтраку, завтрак	8.27 - 8.50
Самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Непосредственно-образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-11.55
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.55-12.10
Обед	12.10-12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35-15.10
Подъем, воздушные и водные процедуры	15.10-15.20
Полдник, игры	15.20-15.30
Непосредственная образовательная деятельность	15.30-16.00
Совместная и самостоятельная: игровая, продуктивная, трудовая, двигательная	15.30 -16.20
Подготовка к ужину	16.20 -16.30
Ужин	16.30-16.55
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	16.55-17.05
Прогулка. Игры детей, уход домой	17.05-19.00