



Режим дня МБДОУ «ЦРР – д/с № 54 «Малыш» (холодное время года)

режим	группы	группа раннего возраста	1-я мл. группа	2-я мл. группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Утренний прием, осмотр детей, термометрия		7.30 – 8.15	7.30 – 8.15	7.30 – 8.15	7.30 – 8.15	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20
Утренняя зарядка		8.15 – 8.25	8.15 – 8.25	8.15 – 8.25	8.15 – 8.30	8.20 – 8.35	8.20 – 8.40
Завтрак: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи		8.25 – 9.00	8.25 – 9.00	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00
Образовательная нагрузка: занятие 1		9.00 – 9.10	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
Перерыв: физкультурные минутки, п/игра		9.10 – 9.20	9.10 – 9.20	9.15 – 9.25	9.20 – 9.30	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40
Образовательная нагрузка: занятие 2		9.20 – 9.30	9.20 – 9.30	9.25 – 9.40	9.30 – 9.50	9.35 – 10.00	9.40 – 10.20
Перерыв: физкультурные минутки, п/игра		9.30 – 9.40	-	-	-	-	-
Игры, развлечение, самостоятельная деятельность воспитанников		-	9.30 – 10.00	9.40 – 10.10	9.50 – 10.20	10.00 – 10.30	-
2-й завтрак: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи		9.40 – 10.10	10.00 – 10.30	10.10 – 10.40	10.20 – 10.40	10.30 – 10.50	10.20 – 10.40
Образовательная нагрузка: занятие 3		-	-	-	-	-	10.40 – 11.10
Подготовка к прогулке, переодевание Прогулка: двигательная активность, наблюдение, игры. Возвращение с прогулки, переодевание		10.10 – 11.30	10.30 – 12.00	10.40 – 12.10	10.40 – 12.20	10.50 – 12.30	11.10 – 12.40
Обед: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи		11.30 – 12.10	12.00 – 12.40	12.10 – 12.50	12.20 – 13.00	12.30 – 13.00	12.40 – 13.00
Дневной сон: подготовка ко сну, переодевание, сон		12.10 – 15.10	12.40 – 15.20	12.50 – 15.20	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30

Подъем, бодрящая гимнастика после сна, переодевание	15.10 – 15.45	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50	15.30 – 15.50
Образовательная нагрузка: занятие 3	-	-	-	-	15.50 – 16.15	-
Перерыв: физкультурные минутки, п/игра	-	-	-	-	16.15 – 16.25	-
Культурные практики: игры, развлечение, самостоятельная деятельность воспитанников	-	15.40 – 16.00	15.40 – 16.05	15.50 – 16.10	-	15.50 – 16.30
Уплотненный полдник: гигиенические процедуры, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	15.45 – 16.15	16.00 – 16.30	16.05 – 16.40	16.10 – 16.40	16.25 – 16.50	16.30 – 17.00
Игры, развлечение, самостоятельная деятельность воспитанников	16.15 – 17.00	-	-	-	-	-
Подготовка к прогулке, переодевание. Прогулка. Уход детей домой	17.00 – 18.00	16.30 – 18.00	16.40 – 18.00	16.40 – 18.00	16.50 – 18.00	17.00 – 18.00