

Утверждено  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад №145»  
от 29 августа 2018 № 01-10/107

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)

В Программе приведены режимы дня для всех возрастных групп 12-ти часового пребывания, с графиком работы с 07.00 до 19.00, при пятидневной рабочей неделе и для младших групп 4-х часового пребывания с 8.30 -12.30 и с 8.50-12.50.

*1 младшая группа (2-3 года)*

Прием детей, самостоятельная деятельность, общение	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30- 8.50
Непосредственно образовательная деятельность	8.50 -9.00 – 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.10- 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40—12.15
Спокойные игры, подготовка ко сну, сон	12.15-15.15
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.15-15.40
Полдник	15.40-16.00
НОД	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-16.50
Подготовка к ужину, ужин	16.50 -17.20
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	17.20-19.00
Подготовка к прогулке, прогулка	

**Режим пребывания воспитанников - 4 часа, с 8.30 до 12.30**  
**1 младшая группа**

<i>Режимные моменты</i>	<i>1 младшая группа 2-3 года</i>
Приход детей в детский сад игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.30-8.50
Непосредственно образовательная деятельность	8.50-9.00- 9.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.10-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.15

Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	12.15-12.30
--	-------------

**2 младшая группа (3-4 года)**

Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к НОД	8.50-9.00
НОД ( с учетом перерывов между занятиями)	9.00- 9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей ( в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	9.40-9.55
Подготовка к прогулке , прогулка, возвращение с прогулки	9.55 - 11.55
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	11.55-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Совместная деятельность взрослого с детьми	15.45-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.55 – 16.55
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.25
Самостоятельная деятельность детей и/или прогулка	17.25-19.00

**Режим пребывания воспитанников - 4 часа, с 8.50 до 12.50**

**2 младшая группа ( 3-4 года)**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Младшая группа 3-4 года</i>
Приход детей в детский сад игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (НОД) (общая длительность, включая перерывы)	9.00-9.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.40-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.55-11.55

Самостоятельная деятельность	11.55-12.05
Подготовка к обеду, обед, уход домой	12.05-12.50

***Средняя группа (4- 5 лет)***

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к НОД	8.50-9.00
НОД ( с учетом перерывов между занятиями)	9.00- 9.50
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам ( в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	9.50-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05-12.05
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	12.05-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Совместная деятельность взрослого с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.15 -17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.15-17.45
Самостоятельная деятельность детей прогулка и/или прогулка	17.45-19.00

***Старшая группа (5-6 лет)***

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей по интересам	8.50-9.00
НОД	9.00-9.25 9.35- 9.55

Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам ( в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	9.55-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) , возвращение с прогулки	10.15-12.20
Самостоятельная деятельность детей	12.20-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, труд, досуги и /или НОД	15.40-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.20-17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.20-17.55
Самостоятельная деятельность детей и/или прогулка	17.55-19.00

***Режим пребывания воспитанников - 4 часа, с 8.50 до 12.50  
старшая группа ( 5-6 лет)***

Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей по интересам	8.50-9.00
НОД	9.00-9.25 9.35- 9.55
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам ( в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	9.55-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка , возвращение с прогулки (игры, наблюдения, труд)	10.15-12.20
Самостоятельная деятельность детей	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50

***Подготовительная к школе группа (6-7 лет)***

Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
--	-----------

Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
НОД	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам ( в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	10.50-11.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (игры, наблюдения, труд)	11.05-12.25
Самостоятельная деятельность детей	12.25 -12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность, игры, труд , доп. образование и/или НОД	15.40-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.20-17.25
Подготовка к ужину, ужин	17.25-17.50
Самостоятельная деятельность детей и/или прогулка	17.50-19.00