

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 13 «Рябинушка»
Косенко Л.А.

02.09.2021

Примерный режим дня на холодный период времени



Режимные моменты	6-7 лет
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.25
Утренняя гимнастика.	8.25-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.35-8.45
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	8.45-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность.	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.50-12.00
Возвращение с прогулки.	12.20-12.35
Подготовка к обеду, обед.	12.35-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.55-15.00
Подъем, гимнастика, гигиенические процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.40
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	
Непосредственно - образовательная деятельность.	15.40-16.10
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	16.10-17.15
Подготовка к ужину, ужин.	17.15-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.30-19.00

Заведующий МБДОУ № 13 «Рябинушка»



Примерный режим дня на холодный период времени

Режимные моменты	3 – 4 года
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00 - 8.05
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.05-8.30
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	8.30-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность.	9.00-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка.	9.40-11.15
Возвращение с прогулки.	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед.	11.30-11.50
Подготовка ко сну, дневной сон.	11.50-15.00
Подъем, гимнастика, гигиенические процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.40
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	15.40-17.00
Непосредственно - образовательная деятельность.	
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	
Подготовка к ужину, ужин.	17.00-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.15-19.00

Заведующий МБДОУ № 13 «Рябинушка»



Примерный режим дня на холодный период времени

Режимные моменты	5-6 лет
Прием, осмотр, игры,	7.00 - 8.15
Утренняя гимнастика.	8.15-8.23
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.23-8.45
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	8.45-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность.	9.00-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка.	10.00-11.40
Возвращение с прогулки.	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед.	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50-15.00
Подъем, гимнастика, гигиенические процедуры.	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.40
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	
Непосредственно - образовательная деятельность.	15.40-16.05
Игра, совместная, самостоятельная деятельность.	16.05-17.10
Подготовка к ужину, ужин.	17.10-17.25
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.25-19.00