



Э. В. Люшукова

Режим дня
Младшая разновозрастная группа
(холодный период 2020 – 2021 г.г.)

Режимные моменты	Время
ДОМА: Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В ДОУ: Прием и осмотр воспитанников, самостоятельная деятельность, спокойные игры	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, I завтрак	8.15 – 8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.40 – 9.00
Организованная образовательная деятельность (включая перерывы)	9.00 – 10.00
II завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 11.20
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы	11.20 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00
Подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры	15.00 – 15.25
Самостоятельная деятельность, организованная воспитателями; подготовка к полднику	15.25 – 16.00
Уплотненный полдник	16.00 – 16.15
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	16.15 – 16.30
Прогулка	16.30 – 17.30
Уход домой	17.30
ДОМА: Прогулка, возвращение домой	17.30 – 18.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.30 – 20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 6.30



ПТВЕРЖДАЮ
Handwritten signature

Э. В. Люшукова

Режим дня
Средняя разновозрастная группа
(холодный период 2020 – 2021гг.)

Режимные моменты	Время
<u>ДОМА:</u> Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
<u>В ДОУ:</u> Прием и осмотр воспитанников, самостоятельная деятельность, спокойные игры	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, I завтрак	8.20 – 8.40
Подготовка к занятиям, ООД, занятия со специалистами	8.40 – 10.45
II завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 12.00
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы	12.00 – 12.20
Обед	12.20 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00
Подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры	15.00 – 15.20
ООД	15.20 – 15.45
Самостоятельная деятельность, организованная воспитателями; подготовка к полднику	15.45 – 16.00
Уплотненный полдник	16.00 – 16.15
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка	16.25 – 17.30
Уход домой	17.30
<u>ДОМА:</u> Прогулка, возвращение домой	17.30 – 18.30
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.30 – 20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 6.30


 ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ **ВЕРЖДАЮ**
 Э. В. Люшуква

Режим дня
 Старшая разновозрастная группа
 (холодный период 2020 – 2021 г.)

Режимные моменты	Время
<u>ДОМА:</u>	6.30 – 7.30
Подъем, утренний туалет	
<u>В ДОУ:</u>	7.00 – 8.10
Прием и осмотр воспитанников, самостоятельная деятельность, спокойные игры	
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, I завтрак	8.20 – 8.40
Подготовка к занятиям, ООД, занятия со специалистами	8.40 – 10.50
II завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.15 – 12.35
Обед	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры	15.00 – 15.20
ООД	15.20 – 15.50
Самостоятельная деятельность, организованная воспитателями; подготовка к полднику	15.50 – 16.00
Уплотненный полдник	16.00 – 16.15
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	16.15 – 16.25
Прогулка	16.25 – 17.30
Уход домой	17.30
<u>ДОМА:</u>	17.30 – 18.30
Прогулка, возвращение домой	
Спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.30 – 20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30 – 6.30