

ПРИНЯТ
на педагогическом совете
протокол № 1
от 30.08.2022



**Режим дня холодный период
2-я младшая группа (3-4 года)**

<u>Дома</u> Подъем, гигиенические процедуры	6.30-7.30
<u>В группе</u> Прием, осмотр детей, термометрия, самостоятельные игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, Утренняя гимнастика	7.00-8.15 8.15-8.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.25-8.50
Непрерывная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	8.50-9.05 9.15- 9.30
Физкультурная минутка (перерыв между НОД)	9.05-9.15
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, 2-й завтрак	9.30-10.10 10.00-10.10
Прогулка 1 (самостоятельные игры, наблюдения, подвижные игры, труд), индивидуальная работа с детьми Двигательная активность	10.10-11.45
Возвращение с прогулки (водные процедуры), чтение художественной литературы, подготовка к обеду	11.45-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные, водные (закаливающие и оздоровительные) процедуры	15.00-15.30
Совместная образовательная деятельность (игры, общение, досуги, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности). Индивидуальная работа.	15.30-16.25
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.25-17.00
Подготовка к прогулке, Прогулка 2(самостоятельные игры, наблюдения, подвижные игры, труд), индивидуальная работа с детьми Двигательная активность	17.00-18.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Самостоятельные игры, уход домой	18.20-19.00
<u>Дома</u> Прогулка	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, семейный ужин, спокойные игры, домашнее чтение, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

ПРИНЯТ
на педагогическом совете
протокол № 1
от 30.08.2022

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ЦДП
«ЦРР – Детский сад № 243
«Апельсин»

Приказ № 22-М от 30.08.2022

**Режим дня холодный период
средняя группа (4-5 лет)**

<u>Дома</u>	
Подъем, гигиенические процедуры	6.30-7.30
<u>В группе</u>	
Прием детей на участке, осмотр детей, термометрия, самостоятельные игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, совместные игры	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.20-8.50
Непрерывная образовательная деятельность (Образовательные ситуации на игровой основе)	8.50-9.10 9.20-9.40
Физкультурная минутка (перерыв между НОД)	9.10-9.20
Самостоятельные игры	9.40-10.00
2-й завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка 1 (самостоятельные игры, наблюдения, подвижные игры, труд, индивидуальная работа)	10.10.-11.50
Двигательная активность	
Возвращение с прогулки (гигиенические процедуры), чтение художественной литературы	11.50-12.10
Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна, воздушные, водные (закаливающие и оздоровительные) процедуры	15.00-15.25
Совместная образовательная деятельность (игры, общение по интересам, досуги, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности)	15.25-16.30
Индивидуальная работа	
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.30-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка 2 (самостоятельные игры, наблюдения, подвижные игры, труд), индивидуальная работа с детьми. Двигательная активность	17.10-18.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	18.20-19.00
Самостоятельные игры, уход домой	
<u>Дома</u> Прогулка	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, семейный ужин, спокойные игры, домашнее чтение, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

ПРИНЯТ
на педагогическом совете
протокол № 1
от 30.08.2022



**Режим дня холодный период
старшая группа (5-6 лет)**

<u>Дома</u>	
Подъем, гигиенические процедуры	6.30-7.30
<u>В группе</u>	
Прием детей на участке, осмотр, термометрия, самостоятельные игры, общение воспитателя с детьми, совместны игры	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.20-8.50
Непрерывная образовательная деятельность (Образовательные ситуации на игровой основе.)	8.50-9.15
Физкультурная минутка (перерыв между НОД)	9.25-9.50
Самостоятельные игры.	9.50.-10.00
2-й завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке . Прогулка 1 (самостоятельная деятельность, наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа)	10.10.-12.00
Двигательная активность	
Возвращение с прогулки (гигиенические процедуры), чтение художественной литературы. Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.05
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна, воздушные, гигиенические процедуры , (закаливающие и оздоровительные) процедуры	15.05-15.20
Непрерывная образовательная деятельность (Образовательные ситуации на игровой основе.)	15.20-15.45
Совместная образовательная деятельность (игры, общение, досуги, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности).	15.45-16.30
Работа кружков и секций	
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.30-17.00
Подготовка к прогулке	17.10-18.20
Прогулка 2 , (самостоятельные игры, наблюдения, подвижные игры, труд), индивидуальная работа с детьми.	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, уход домой	18.20-19.00
<u>Дома</u>	
Прогулка	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, семейный ужин, спокойные игры, домашнее чтение, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

ПРИНЯТ
на педагогическом совете
протокол № 1
от 30.08.2022



**Режим дня холодный период
подготовительная группа (6-7 лет)**

<u>Дома</u> Подъем, гигиенические процедуры	6.30-7.30
<u>В группе</u> Прием детей на участке, осмотр, термометрия, самостоятельная деятельность, общение воспитателя с детьми, совместные игры	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.30-8.50
Непрерывная образовательная деятельность (Образовательные ситуации на игровой основе.)	8.50-9.20 9.30-10.00 10.10-10.40
Физкультурная минутка (перерыв между занятиями)	9.20-9.30
2-й завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке . Прогулка 1 (самостоятельные игры, подвижные игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) Двигательная активность	10.40-12.10
Возвращение с прогулки (гигиенические процедуры), чтение художественной литературы . Подготовка к обеду. Обед	12.10-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-12.40
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, гигиенические (закаливающие и оздоровительные) процедуры	15.10-15.25
Непрерывная образовательная деятельность (Образовательные ситуации на игровой основе.)	15.25-15.55
Совместная образовательная деятельность (игры, общение, досуги, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности). Работа кружков и секций	15.35-16.25
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.25-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка 2 (самостоятельные игры, подвижные игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) Двигательная активность	17.00-18.20
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, уход домой	18.20-19.00
<u>Дома</u> Прогулка	19.00-20.00
Возвращение с прогулки, семейный ужин, спокойные игры, домашнее чтение, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)