

**УТВЕРЖДАЮ:**  
**Заведующий МБДОУ**  
**«Детский сад № 31»**  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2014г.  
\_\_\_\_\_ **Аркатова Н.М.**

## **РЕЖИМ ДНЯ**

**В МБДОУ « ДЕТСКИЙ САД № 31»**

**Режим дня первой младшей группы (от 2 до 3 лет)**  
Теплый период года.

| Время         | Деятельность                                                                                    |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.00   | Прием, осмотр, измерение температуры, игры.                                                     |
| 8.00 – 8.10   | Утренняя гимнастика.                                                                            |
| 8.10 – 8.40   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                                                 |
| 8.40 – 9.00   | Игры, подготовка к прогулке, занятиям, выход на прогулку.                                       |
| 9.00 – 11.30  | Занятия на участке, совместная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры. |
| 11.30 – 11.50 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                                                       |
| 11.50 – 12.30 | Подготовка к обеду, обед.                                                                       |
| 12.30 – 15.00 | Подготовка к дневному сну, сон.                                                                 |
| 15.00 – 15.15 | Постепенный подъем, воздушные водные процедуры.                                                 |
| 15.15 – 15.40 | Подготовка к полднику, полдник.                                                                 |
| 15.40 – 16.00 | Игры, подготовка к прогулке, занятиям, выход на прогулку.                                       |
| 16.00 – 16.10 | Занятие на участке                                                                              |
| 16.10 – 16.50 | Игры, наблюдения                                                                                |
| 16.50 – 17.30 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                                                       |
| 17.30 – 18.00 | Подготовка к ужину, ужин                                                                        |
| 18.00 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                                                     |

Холодный период года.

| Время         | Деятельность                                              |
|---------------|-----------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.00   | Прием, осмотр, измерение температуры, игры.               |
| 8.00 – 8.10   | Утренняя гимнастика.                                      |
| 8.10 – 8.40   | Подготовка к завтраку, завтрак.                           |
| 8.40 – 9.00   | Игры, подготовка к занятию.                               |
| 9.15 – 9.25   | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа) |
| 9.25 – 9.35   | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа) |
| 9.35 – 10.00  | Подготовка к прогулке.                                    |
| 10.00 – 11.30 | Прогулка.                                                 |
| 11.30 – 11.50 | Возвращение с прогулки.                                   |
| 11.50 – 12.30 | Подготовка к обеду, обед.                                 |
| 12.30 – 15.00 | Подготовка к дневному сну, сон.                           |
| 15.00 – 15.15 | Постепенный подъем, воздушные водные процедуры.           |
| 15.15 – 15.40 | Подготовка к полднику, полдник.                           |
| 15.40 – 16.00 | Игры, подготовка к занятию.                               |
| 16.00 – 16.10 | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа) |
| 16.00 – 16.20 | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа) |
| 16.20 – 17.30 | Игры, самостоятельная и совместная деятельность           |
| 17.30 – 18.00 | Подготовка к ужину, ужин                                  |
| 18.00 – 19.00 | Игры, уход детей домой.                                   |

## Режим дня второй младшей группы (от 3 до 4 лет)

### Теплый период года.

| Время         | Деятельность                                                            |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.10   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                               |
| 8.15 – 8.40   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                         |
| 8.40 – 9.00   | Игры, подготовка к прогулке, занятиям, выход на прогулку.               |
| 9.00 – 11.30  | Самостоятельная и совместная деятельность на прогулке, воздушные ванны. |
| 11.30 – 11.55 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                               |
| 11.55 – 12.30 | Подготовка к обеду, обед.                                               |
| 12.30 – 15.05 | Подготовка к дневному сну, сон.                                         |
| 15.05 – 15.15 | Подъем, воздушные ванны.                                                |
| 15.15 – 15.40 | Полдник.                                                                |
| 15.40 – 17.30 | Игры, самостоятельная и совместная деятельность на прогулке.            |
| 17.30 – 18.00 | Подготовка к ужину, ужин                                                |
| 18.00– 19.00  | Прогулка, уход детей домой.                                             |

### Холодный период года.

| Время         | Деятельность                                              |
|---------------|-----------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.10   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                 |
| 8.15 – 8.40   | Подготовка к завтраку, завтрак.                           |
| 8.40 – 9.10   | Игры, подготовка к занятию.                               |
| 9.10 – 9.25   | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа) |
| 9.25 – 9.40   | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа) |
| 9.40 – 10.00  | Подготовка к прогулке.                                    |
| 10.00 – 11.50 | Прогулка.                                                 |
| 11.50 – 11.55 | Возвращение с прогулки.                                   |
| 11.55 – 12.30 | Подготовка к обеду, обед.                                 |
| 12.30 – 15.05 | Подготовка к дневному сну, сон.                           |
| 15.05 – 15.15 | Подъем, воздушные ванны.                                  |
| 15.15 – 15.40 | Полдник.                                                  |
| 15.40 – 16.00 | Игры, подготовка к занятию.                               |
| 16.00 – 16.15 | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа) |
| 16.20 – 16.35 | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа) |
| 16.35 – 17.30 | Игры, самостоятельная и совместная деятельность           |
| 17.30 – 18.00 | Подготовка к ужину, ужин                                  |
| 18.00 – 19.00 | Игры, уход детей домой.                                   |

**Режим дня средней группы (от 4 до 5 лет)**  
Теплый период года.

| Время         | Деятельность                                                              |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.20   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                                 |
| 8.20 – 8.45   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                           |
| 8.45– 9.00    | Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.                           |
| 9.00 – 11.45  | Самостоятельная и совместная деятельность на прогулке, выход на прогулку. |
| 11.45 – 12.00 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                                 |
| 12.00 – 12.35 | Подготовка к обеду, обед.                                                 |
| 12.35 – 15.10 | Подготовка к дневному сну, сон.                                           |
| 15.10– 15.20  | Подъем, самостоятельная деятельность.                                     |
| 15.20 – 15.40 | Полдник.                                                                  |
| 15.40 – 16.50 | Игры, самостоятельная и совместная деятельность на прогулке.              |
| 16.50– 17.30  | Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин.                         |
| 17.30 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                               |

Холодный период года.

| Время         | Деятельность                                                   |
|---------------|----------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.20   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                      |
| 8.20 – 8.45   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                |
| 8.45 – 9.00   | Игры, подготовка к занятию.                                    |
| 9.00 – 9.20   | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа)      |
| 9.20 – 9.30   | Динамическая пауза                                             |
| 9.30 – 9.50   | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа)      |
| 9.50 – 11.50  | Подготовка к прогулке, прогулка.                               |
| 11.50 – 12.00 | Возвращение с прогулки.                                        |
| 12.00 -12.35  | Подготовка к обеду, обед.                                      |
| 12.35 – 15.00 | Подготовка к дневному сну, сон.                                |
| 15.00 – 15.15 | Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна. |
| 15.15 – 15.40 | Подготовка к полднику, полдник.                                |
| 15.40 – 17.35 | Игры, самостоятельная и совместная деятельность                |
| 17.35 – 18.00 | Подготовка к ужину, ужин                                       |
| 18.00 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                    |

## Режим дня старшей группы (от 5 до 6 лет)

### Теплый период года.

| Время         | Деятельность                                                              |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.25   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                                 |
| 8.25– 8.45    | Подготовка к завтраку, завтрак.                                           |
| 8.45– 9.00    | Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.                           |
| 9.00 – 12.00  | Самостоятельная и совместная деятельность на прогулке, выход на прогулку. |
| 12.00 – 12.20 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                                 |
| 12.20 – 12.50 | Подготовка к обеду, обед.                                                 |
| 12.50– 15.10  | Подготовка к дневному сну, сон.                                           |
| 15.10– 15.30  | Подъем, воздушные ванны.                                                  |
| 15.30 – 15.40 | Полдник.                                                                  |
| 15.40 – 17.55 | Игры на прогулке.                                                         |
| 17.55 – 18.15 | Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин.                         |
| 18.15 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                               |

### Холодный период года.

| Время         | Деятельность                                                                     |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.25   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                                        |
| 8.25– 8.45    | Подготовка к завтраку, завтрак.                                                  |
| 8.45 – 9.00   | Игры, подготовка к занятию.                                                      |
| 9.00 – 9.25   | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа)                        |
| 9.25 – 9.50   | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа)                        |
| 9.50 – 10.00  | Динамическая пауза                                                               |
| 10.00 – 10.25 | Организованная образовательная деятельность 2                                    |
| 10.25 – 12.20 | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки.      |
| 12.20 -12.50  | Подготовка к обеду, обед.                                                        |
| 12.50 – 15.00 | Подготовка к дневному сну, сон.                                                  |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна, игры.             |
| 15.25 – 15.40 | Подготовка к полднику, полдник.                                                  |
| 15.40 – 16.55 | Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная и совместная деятельность |
| 16.55 – 17.55 | Возвращение с прогулки                                                           |
| 17.55 – 18.15 | Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин.                                |
| 18.15 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                                      |

**Режим дня подготовительной группы (от 6 до 7 лет)**  
Теплый период года.

| Время         | Деятельность                                                              |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.30   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                                 |
| 8.30 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                           |
| 8.50– 9.00    | Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку.                           |
| 9.00 – 12.15  | Самостоятельная и совместная деятельность на прогулке, выход на прогулку. |
| 12.15 – 12.25 | Возвращение с прогулки, водные процедуры.                                 |
| 12.25 – 12.55 | Подготовка к обеду, обед.                                                 |
| 12.55– 15.10  | Подготовка к дневному сну, сон.                                           |
| 15.10– 15.30  | Подъем, воздушные ванны.                                                  |
| 15.30 – 15.40 | Полдник.                                                                  |
| 15.40 – 18.00 | Игры на прогулке.                                                         |
| 18.00 – 18.15 | Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин.                         |
| 18.15 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                               |

Холодный период года.

| Время         | Деятельность                                                                     |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 7.00 – 8.30   | Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.                                        |
| 8.30 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак.                                                  |
| 8.50 – 9.00   | Игры, подготовка к занятию.                                                      |
| 9.00 – 9.30   | Организованная образовательная деятельность (1 подгруппа)                        |
| 9.30 – 10.00  | Организованная образовательная деятельность (2 подгруппа)                        |
| 10.00 – 10.10 | Динамическая пауза                                                               |
| 10.10 – 10.40 | Организованная образовательная деятельность 2                                    |
| 10.40 – 12.25 | Подготовка к прогулке, выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки.      |
| 12.25 -12.55  | Подготовка к обеду, обед.                                                        |
| 12.55 – 15.00 | Подготовка к дневному сну, сон.                                                  |
| 15.00 – 15.30 | Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна, игры.             |
| 15.30– 15.45  | Подготовка к полднику, полдник.                                                  |
| 15.45 – 17.50 | Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная и совместная деятельность |
| 17.50 – 18.00 | Возвращение с прогулки                                                           |
| 18.00 – 18.15 | Подготовка к ужину, ужин                                                         |
| 18.15 – 19.00 | Прогулка, уход детей домой.                                                      |