

Приложение I
УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 103»
А.Л. Михалкина

РЕЖИМ ДНЯ МБДОУ «Детский сад № 103» теплый период (общий)

Режимные моменты	Гр. №1 (1,6-2)	Гр. №2 (2-3)	Гр. №3 (2-3)	Гр. №4 (3-4)	Гр. №5 (6-7)	Гр. №6 (4-5)	Гр. №7 (6-7)	Гр. №8 (5-6)	Гр. №9 (3-4)	Гр. №10 (1,6-2)	Гр. №11 (5-6)	Гр. №12 (3-7)	Гр. №13 (6-7)	Гр. №14 (5-6)	Гр. №15 (4-5)	Гр. №16 (3-4)
ПРИЕМ детей на свежем воздухе, фильтр, игры, сам-ная деит-ть, индия, работа	6.00 – 7.50	6.00 – 7.55	6.00 – 8.00	6.00 – 8.05	6.00 – 8.15	6.00 – 7.55	6.00 – 8.15	6.00 – 8.05	6.00 – 8.05	6.00 – 7.50	6.00 – 8.05	6.00 – 8.00	6.00 – 8.15	6.00 – 8.05	6.00 – 7.55	6.00 – 8.05
Утренняя гимнастика	7.45 – 7.50	7.50 – 7.55	7.55 – 8.00	8.00 – 8.05	8.05 – 8.15	7.45 – 7.55	8.05 – 8.15	7.55 – 8.05	8.00 – 8.05	7.45 – 7.50	7.55 – 8.05	7.50 – 8.00	8.05 – 8.15	7.55 – 8.05	7.45 – 7.55	8.00 – 8.05
Возвращение с прогулки	7.50 – 8.00	7.55 – 8.05	8.00 – 8.10	8.05 – 8.15	8.15 – 8.20	7.55 – 8.05	8.15 – 8.25	8.05 – 8.15	8.05 – 8.15	7.50 – 8.00	8.05 – 8.15	8.00 – 8.10	8.15 – 8.25	8.05 – 8.15	7.55 – 8.05	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку (личная гигиена), ЗАВТРАК	8.00 – 8.30	8.05 – 8.30	8.10 – 8.35	8.15 – 8.40	8.20 – 8.40	8.05 – 8.30	8.25 – 8.45	8.15 – 8.35	8.15 – 8.40	8.00 – 8.30	8.15 – 8.35	8.10 – 8.35	8.25 – 8.45	8.15 – 8.35	8.05 – 8.30	8.15 – 8.40
Подготовка и выход на прогулку (р/в - по подгруппам)	8.30 – 8.40 8.35 – 8.45	8.30 – 8.40 8.35 – 8.45	8.35 – 8.40 8.40 – 8.50	8.40 – 8.45 8.45 – 8.55	8.40 – 8.50 8.50	8.30 – 8.40	8.45 – 8.55	8.35 – 8.45 8.55	8.40 – 8.45 8.55	8.30 – 8.40 8.35 – 8.45	8.35 – 8.45	8.35 – 8.50	8.45 – 8.55	8.35 – 8.45	8.30 – 8.40	8.40 – 8.50 8.45 – 8.55
ПРОГУЛКА (игры, поручения, наблюдения, физ. упр., индивид. сопровождение) (р/в - по подгруппам)	8.40 – 9.15 8.45 – 9.20	8.40 – 9.20 8.45 – 9.25	8.45 – 9.25 8.50 – 9.30	8.50 – 9.30 8.55 – 9.35	8.50 – 9.40	8.40 – 9.30	8.55 – 9.45	8.45 – 9.35	8.50 – 9.30 8.55 – 9.35	8.40 – 9.15 8.45 – 9.20	8.45 – 9.35	8.50 – 9.30	8.55 – 9.45	8.45 – 9.35	8.40 – 9.30	8.50 – 9.30 8.55 – 9.35
Возвращение с прогулки (р/в - по подгруппам)	9.15 – 9.20 9.20 – 9.25	9.20 – 9.25 9.25 – 9.30	9.25 – 9.30 9.30 – 9.35	9.30 – 9.35 9.35 – 9.40	9.40 – 9.50	9.30 – 9.40	9.45 – 9.55	9.35 – 9.45	9.30 – 9.35 9.35 – 9.40	9.15 – 9.20 9.20 – 9.25	9.35 – 9.45	9.30 – 9.40	9.45 – 9.55	9.35 – 9.45	9.30 – 9.40	9.30 – 9.35 9.35 – 9.40
Подготовка ко второму завтраку (личная гигиена), ВТОРОЙ ЗАВТРАК	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40	9.35 – 9.45	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	9.40 – 9.50	9.55 – 10.05	9.45 – 9.55	9.40 – 9.50	9.25 – 9.35	9.45 – 9.55	9.40 – 9.50	9.55 – 10.05	9.45 – 9.55	9.40 – 9.50	9.40 – 9.50
Подготовка и выход на прогулку (р/в - по подгруппам)	9.35 – 9.45 9.40 – 9.50	9.40 – 9.50 9.45 – 9.55	9.45 – 9.55 9.50 – 10.00	9.50 – 10.00 9.55 – 10.05	10.00 – 10.10 10.00	9.50 – 10.00	10.05 – 10.15	9.55 – 10.05	9.50 – 10.00 9.55 – 10.05	9.35 – 9.45 9.40 – 9.50	9.55 – 10.05	9.50 – 10.00	10.05 – 10.15	9.55 – 10.05	9.50 – 10.00	9.50 – 9.55 10.00 – 10.05

ПРОГУЛКА (игры, поручения, наблюдения, физ. упр , индивид. сопровождение) (р/в - по подгруппам)	9.45 – 11.05 9.50 – 11.10	9.50 – 11.10 9.55 – 11.15	9.55 – 11.20 10.00 – 11.25	10.00 – 11.25 10.05 – 11.30	10.10 – 12.00	10.00 – 11.50	10.15 – 12.05	10.05 – 11.55	10.00 – 11.25 10.05 – 11.30	9.45 – 11.05 9.50 – 11.10	10.05 – 11.55	10.00 – 11.20	10.15 – 12.05	10.05 – 11.55	10.00 – 11.50	10.00 – 11.25 10.05 – 11.30
Возвращение с прогулки (р/в – по подгруппам)	11.05 – 11.15 11.10 – 11.20	11.10 – 11.20 11.15 – 11.25	11.20 – 11.25 11.25 – 11.30	11.25 – 11.30 11.30 – 11.35	12.00 – 12.10	11.50 – 12.00	12.05 – 12.15	11.55 – 12.05	11.25 – 11.30 11.30 – 11.35	11.05 – 11.15 11.10 – 11.20	11.55 – 12.05	11.20 – 11.30	12.05 – 12.15	11.55 – 12.05	11.50 – 12.00	11.25 – 11.30 11.30 – 11.35
Подготовка к обеду (личная гигиена), ОБЕД	11.20 – 11.45	11.25 – 11.50	11.30 – 11.55	11.35 – 12.00	12.10 – 12.40	12.00 – 12.30	12.15 – 12.45	12.05 – 12.35	11.35 – 12.00	11.20 – 11.45	12.05 – 12.35	11.30 – 12.00	12.15 – 12.45	12.05 – 12.35	12.00 – 12.30	11.35 – 12.00
Подготовка ко сну (личная гигиена), ДНЕВНОЙ СОН	11.45 – 15.00	11.50 – 15.00	11.55 – 15.00	12.00 – 15.00	12.40 – 15.00	12.30 – 15.00	12.45 – 15.05	12.35 – 15.00	12.00 – 15.00	11.45 – 15.00	12.35 – 15.00	12.00 – 15.00	12.45 – 15.00	12.35 – 15.00	12.30 – 15.00	12.00 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику (личная гигиена), ПОЛДНИК	15.15 – 15.40	15.15 – 15.40	15.15 – 15.40	15.10 – 15.40	15.15 – 15.35	15.15 – 15.35	15.20 – 15.40	15.15 – 15.35	15.10 – 15.40	15.15 – 15.40	15.15 – 15.35	15.10 – 15.40	15.15 – 15.35	15.15 – 15.35	15.15 – 15.35	15.10 – 15.40
Подготовка и выход на прогулку 1 подгруппа 2 подгруппа	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.40 – 15.45	15.35 – 15.45	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.35 – 15.45	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.40 – 15.50 15.45 – 15.55
ПРОГУЛКА (игры, поручения, наблюдения, физ. упр , индивид. сопровождение) (р/в - по подгруппам)	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00	15.50 – 18.00	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00	15.45 – 18.00	15.50 – 18.00	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.45 – 18.00	15.50 – 18.00 15.55 – 18.00