

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

Режимные моменты	Гр. №1 (1,6 – 2)	Гр. №2 (2 – 3)	Гр. №3 (2 – 3)	Гр. №4 (3 – 4)	Гр. №5 (5 – 6)	Гр. №7 (5 – 6)	Гр. №6 (4 – 5)	Гр. №8 (6 – 7)	Гр. №9 (3 – 7)	Гр. №10 (2 – 3)	Гр. №11 (6 – 7)	Гр. №12 (3 – 7)	Гр. №13 (6 – 7)	Гр. №14 (3 – 4)	Гр. №15 (4 – 5)	Гр. №16 (6 – 7)
Прием, фильтр, свободная игра, сам – я деятельность	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	7.50 – 7.55	7.50 – 7.55	8.00 – 8.05	8.10 – 8.15	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	7.45 – 7.55	8.15 – 8.25	7.55 – 8.05	7.55 – 8.00	8.00 – 8.10	7.55 – 8.05	8.15 – 8.25	8.00 – 8.05	7.45 – 7.55	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку (личная гигиена) ЗАВТРАК	7.55 – 8.25	8.00 – 8.25	8.05 – 8.30	8.15 – 8.40	8.10 – 8.35	8.10 – 8.35	8.05 – 8.30	8.25 – 8.45	8.05 – 8.30	8.00 – 8.25	8.10 – 8.35	8.05 – 8.30	8.25 – 8.45	8.05 – 8.35	8.00 – 8.30	8.10 – 8.35
Сам - ая деят - ть, игры, подготовка к ООД	8.25 – 9.30	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.40 – 8.50	8.35 – 8.55	8.35 – 9.00	8.30 – 8.55	8.45 – 9.00	8.30 – 8.45	8.25 – 8.50	8.35 – 8.45	8.30 – 8.50	8.45 – 9.00	8.35 – 9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00
ООД (общая длительность, включая перерывы)	8.50 – 9.25 (по п/г/ фронт)	9.00 – 9.25 (по п/г/ фронт)	9.00 – 9.40 (по п/г/ фронт)	8.50 – 10.10 (по п/г/ фронт)	8.55 – 9.55	9.00 – 10.30	8.55 – 9.55	9.00 – 11.15	8.45 – 10.35 (по п/г/ фронт)	8.50 – 9.25 (по п/г/ фронт)	8.45 – 11.20	8.50 – 10.35 (по п/г/ фронт)	9.00 – 11.15	9.00 – 9.50	9.00 – 9.55	9.00 – 11.15
Подготовка ко второму завтраку (личная гигиена), ВТОРОЙ ЗАВТРАК	9.35 – 9.45	9.40 – 9.50	9.45 – 9.55	10.10 – 10.15	10.05 – 10.15	9.40 – 9.50	10.05 – 10.15	9.40 – 9.50	10.05 – 10.15	9.40 – 9.50	9.55 – 10.05	10.05 – 10.15	9.40 – 9.50	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	9.40 – 9.50
Подготовка и выход на прогулку (по п/г/фронт), ПРОГУЛКА	9.45 – 11.05 9.50 – 11.10	9.50 – 11.10 9.55 – 11.15	9.55 – 11.15 10.00 – 11.20	10.15 – 11.30 10.20 – 11.35	10.20 – 11.50	10.30 – 11.55	10.15 – 11.40	11.15 – 12.20	10.30 – 11.40	9.50 – 11.10 9.55 – 11.15	11.20 – 12.25	10.15 – 11.35 11.15 – 12.20	10.15 – 11.30 10.20 – 11.35	10.15 – 11.40	10.15 – 11.40	11.15 – 12.25

Режимные моменты	Гр. №1 (1,6 – 2)	Гр. №2 (2 – 3)	Гр. №3 (2 – 3)	Гр. №4 (3 – 4)	Гр. №5 (5 – 6)	Гр. №7 (5 – 6)	Гр. №6 (4 – 5)	Гр. №8 (6 – 7)	Гр. №9 (3 – 7)	Гр. №10 (2 – 3)	Гр. №11 (6 – 7)	Гр. №12 (3 – 7)	Гр. №13 (6 – 7)	Гр. №14 (3 – 4)	Гр. №15 (4 – 5)	Гр. №16 (6 – 7)
Возвращение с прогулки, спокойные игры	11.05 – 11.20 11.10 – 11.20	11.10 – 11.25 11.15 – 11.25	11.15 – 11.30 11.20 – 11.30	11.30 – 11.45 11.35 – 11.45	11.50 – 12.00	11.55 – 12.05	11.40 – 11.50	12.20 – 12.30	11.40 – 11.50	11.10 – 11.25 11.15 – 11.25	12.25 – 12.35	11.35 – 11.45	12.20 – 12.30	11.30 – 11.45 11.35 – 11.45	11.40 – 11.50	12.25 – 12.35
Подготовка к обеду (личная гигиена), ОБЕД	11.20 – 11.45	11.25 – 11.50	11.30 – 11.55	11.45 – 12.10	12.00 – 12.25	12.05 – 12.30	11.50 – 12.15	12.30 – 12.55	11.50 – 12.15	11.25 – 11.50	12.35 – 13.00	11.45 – 12.10	12.30 – 12.55	11.45 – 12.10	11.50 – 12.15	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну (личная гигиена), СОН	11.45 – 15.00	11.50 – 15.00	11.55 – 15.05	12.10 – 15.05	12.25 – 15.00	12.30 – 15.00	12.15 – 15.00	12.55 – 15.00	12.15 – 15.05	11.50 – 15.00	13.00 – 15.05	12.10 – 15.00	12.55 – 15.00	12.10 – 15.05	12.15 – 15.00	13.00 – 15.05
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.05 – 15.20	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20	15.00 – 15.15	15.05 – 15.20
Подготовка к полднику (личная гигиена), ПОЛДНИК	15.15 – 15.40	15.15 – 15.40	15.20 – 15.45	15.20 – 15.45	15.15 – 15.40	15.20 – 15.45	15.15 – 15.40	15.15 – 15.40	15.20 – 15.45	15.15 – 15.40	15.20 – 15.45	15.20 – 15.40	15.15 – 15.35	15.20 – 15.45	15.15 – 15.40	15.20 – 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 – 16.30	15.40 – 16.30	15.45 – 16.30	15.45 – 16.30	15.40 – 16.20	15.45 – 16.20	15.40 – 16.20	15.40 – 16.20	15.45 – 16.30	15.40 – 16.30	15.45 – 16.20	15.40 – 16.30	15.35 – 16.20	15.45 – 16.30	15.40 – 16.20	15.40 – 16.20
ООД (общая длительность, включая перерывы)	15.50 – 16.15 (по п/г)	15.50 – 16.15 (по п/г)	15.50 – 16.05 (по п/г)	-	15.50 – 16.10	15.50 – 16.10	-	-	-	15.50 – 16.15 (по п/г)	15.50 – 16.15	-	-	-	-	-
Кружки	-	-	-	-	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50	-	-	15.50 – 16.50	-	15.50 – 16.50	-	15.50 – 16.50	15.50 – 16.50
Подготовка к прогулке, ПРОГУЛКА , уход домой	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.20 – 18.00	16.20 – 18.00	16.20 – 18.00	16.20 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.20 – 18.00	16.30 – 18.00	16.20 – 18.00	16.30 – 18.00	16.20 – 18.00	16.20 – 18.00