

УТВЕРЖДЕНО  
 Заведующим  
 МБДОУ «Детский сад №146»  
 И.Г. Третьякова

Режим дня в группе детей от 2-х до 3-х лет

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность,	7.00-8.00
утренняя гимнастика	8.00-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.10
	9.30-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40.-11.00
Второй завтрак	9.40-10.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10
	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.00-17.20
Ужин	17.20-17.40
Уход детей домой	до 19.00

Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-10.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.30 9.40-9.50
Прогулка	10.00-11.20
Второй завтрак	10.00-10.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20.-11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-17.00 16.20-16.30 16.30-16.40
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к ужину	17.00-17.20
Ужин	17.30-18.00
Уход детей домой	До 19.00

## Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Холодный период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность,	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.45
Завтрак	8.20-8.40	8.25-8.45	8.30-8.40	8.40-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.40-9.00	8.45-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.00	9.00-10.15	9.00-10.30	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30	10.15-11.30	10.30-12.00	10.50-12.10
Второй завтрак	9.30-10.00	10.00-10.15	10.30-11.00	10.30-11.00
Обед	11.30-12.00	12.00-13.00	12.10-13.00	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Полдник	15.30-16.00	15.30-15.50	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	-	-16.00-16.30	16.00-16.50	16.00-16.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, прогулка	16.00-17.00	16.00-17.00	16.25-17.00	16.00-17.00
Ужин	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00

Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	-
Второй завтрак	9.30-10.00	9.30-10.00	9.30-10.00	9.30-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	10.00-11.30	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00
Обед	11.30-12.00	11.40-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Подъем детей, закаливающие процедуры Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Ужин	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00