



## ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 1-я младшая (2-3 года)

Прием детей, осмотр, совместная деятельность 7.30-8.15

Подготовка к завтраку, завтрак 8.15-8.45

Самостоятельная игровая деятельность 8.45-9.00

Организованная образовательная деятельность 9.00-9.40

Гигиенические процедуры 9.40-9.50

Второй завтрак 9.50-10.00

Подготовка к прогулке, прогулка 10.00-11.30

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность,

подготовка к обеду 11.30-11.40

Обед 11.40-12.10

Подготовка ко сну, сон 12.10-15.10

Постепенный подъем, гигиенические процедуры 15.10-15.30

Уплотненный полдник 15.30-16.00

Игры, чтение художественной литературы 16.00-16.30

Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой 16.30-18.00



## **ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД 2-я младшая (3- 4 года)**

Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, игры 7.30-8.15

Подготовка к завтраку, завтрак 8.15-8.45

Самостоятельная игровая деятельность 8.45-9.00

Организованная образовательная деятельность 9.00-9.40

Совместная деятельность 9.40-10.00

Второй завтрак 10.00-10.10

Подготовка к прогулке, прогулка 10.10-12.00

Возвращение с прогулки, игры 12.00-12.15

Подготовка к обеду, обед 12.15-12.45

Подготовка ко сну, дневной сон 12.45-15.00

Постепенный подъем, закаливающие процедуры 15.00-15.15

Самостоятельная игровая деятельность 15.15-15.30

Уплотненный полдник 15.30-16.00

Чтение художественной литературы 16.00-16.15

Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой 16.15-18.00



## **ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД** **группа компенсирующего вида (5-7 лет)**

Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство 7.30-8.30

Подготовка к завтраку, завтрак 8.30-8.50

Самостоятельная деятельность, игры 8.50-9.00

Организованная образовательная деятельность 9.00-10.50

Второй завтрак 10.10-10.20

Игры, подготовка к прогулке, прогулка 10.50-12.20

Возвращение с прогулки, игры 12.20-12.40

Подготовка к обеду, обед 12.40-13.00

Подготовка ко сну, дневной сон 13.00-15.00

Постепенный подъём, закаливающие процедуры 15.00-15.15

Образовательная деятельность 15.15-15.45

Уплотненный полдник 15.45-16.10

Чтение художественной литературы 16.10-16.25

Прогулка, игры, уход детей домой 16.25-18.00

Утверждаю  
Заведующая МДОУ №32  
Толстоброва Н.В.



## ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

### Подготовительная группа (от 6 лет)

Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство 7.30-8.30

Подготовка к завтраку, завтрак 8.30-8.50

Самостоятельная деятельность, игры 8.50-9.00

Организованная образовательная деятельность 9.00-10.50

Второй завтрак 10.10-10.20

Игры, подготовка к прогулке, прогулка 10.50-12.20

Возвращение с прогулки, игры 12.20-12.40

Подготовка к обеду, обед 12.40-13.00

Подготовка ко сну, дневной сон 13.00-15.00

Постепенный подъем, закаливающие процедуры 15.00-15.15

Образовательная деятельность 15.15-15.45

Уплотненный полдник 15.45-16.10

Чтение художественной литературы 16.10-16.25

Прогулка, игры, уход детей домой 16.25-18.00

Утверждаю  
Заведующая МДБОУ №32  
Толстоброва Н.В.



## **ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД средняя группа (4-5 лет)**

Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство 7.30-8.20

Подготовка к завтраку, завтрак 8.20-8.50

Самостоятельная игровая деятельность 8.50-9.00

Организованная образовательная деятельность 9.00- 10.00

Второй завтрак 10.00-10.10

Подготовка к прогулке, прогулка 10.10-12.10

Возвращение с прогулки 12.10-12.20

Подготовка к обеду, обед 12.20-13.00

Подготовка ко сну, дневной сон 13.00-15.00

Постепенный подъем, закаливающие процедуры 15.00-15.15

Совместная деятельность 15.15-15.35

Уплотненный полдник 15.35-16.00

Чтение художественной литературы 16.00-16.15

Прогулка, игры, уход детей домой 16.15-18.00



## **ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД старшая группа (5-6 лет)**

Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство 7.30-8.30

Подготовка к завтраку, завтрак 8.30-8.50

Самостоятельная деятельность 8.50-9.00

Непосредственно образовательная деятельность 9.00-10.00

Второй завтрак 10.00-10.10

Игры, подготовка к прогулке, прогулка 10.10-12.15

Возвращение с прогулки, игры 12.15-12.30

Подготовка к обеду, обед 12.30-13.00

Подготовка ко сну, дневной сон 13.00-15.00

Постепенный подъем, закаливающие процедуры 15.00-15.15

Образовательная деятельность 15.15-15.40

Уплотненный полдник 15.40-16.05

Чтение художественной литературы 16.05-16.15

Прогулка, игры, уход детей домой 16.25-18.00