

### Режим дня на холодный период года в МБДОУ ЦРР ДС №15

Режимные моменты	Вторая ранняя	Первая младшая	Вторая младшая	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр детей, игровая и самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00–8.00	7.00–8.00	7.00–8.00	7.00–8.10	7.00–8.20	7.00–8.25
Утренняя гимнастика	8.00–8.05	8.00–8.05	8.00–8.10	8.10–8.20	8.20–8.30	8.25 –8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.05–8.35	8.05–8.35	8.10–8.40	8.20–8.45	8.30–8.45	8.35–8.50
Игры, подготовка к НОД	8.35–9.00	8.35–9.00	8.40–9.00	8.45–9.00	8.45–9.00	8.50–9.00
Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность	9.00–9.08	9.00–9.10	9.00–9.15 9.25 –9.40	9.00 –9.20 9.30–9.50	9.00–9.25 9.35–10.00	9.00–9.30 9.40–10.10 10.20–10.50
Второй завтрак	11.00–11.10	11.00–11.10	10.10–10.20	10.15–10.25	10.10–10.20	10.10–10.20
Игры, самостоятельная деятельность.	11.10–11.30		9.40–10.10	9.50–10.15	-	-
Подготовка к прогулке.	9.08–9.30	9.10–9.30	10.20–10.40	10.25–10.40	10.00–10.10	10.20–10.30
Образовательная деятельность на открытом воздухе (1 раз в неделю в соответствии с регламентом НОД)	---	---	---	---	11.25 – 12.00	11.40 – 12.10
Прогулка. Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	9.30–11.00	9.30–11.00	10.40–11.40	10.40–11.50	10.20–12.10	10.30–12.10
Подготовка к обеду. Обед	11.30–12.00	11.30–12.00	11.40–12.10	11.50–12.20	12.10–12.30	12.10–12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон. Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гимнастика после сна	12.00–15.30	12.00–15.30	12.10–15.20	12.20–15.20	12.30–15.20	12.30–15.20
Подготовка к полднику. Полдник	15.00–15.50	15.00–15.50	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40	15.20–15.40
Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность	15.50–15.58	15.50–16.00	16.00–16.15	16.00–16.20	15.40–16.05	15.40–16.10
Самостоятельная, игровая деятельность	15.58–16.15	16.00–16.15	15.40–16.00	15.40–16.00	16.05–16.30	16.10–16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка, игры на свежем воздухе, уход домой. Самостоятельная деятельность	16.15–18.30	16.15–18.30	16.15–18.30	16.20–18.30	16.30–18.30	16.30–18.30