



УТВЕРЖДЕН  
Приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 391»  
№ 181 от 31.08.2021 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**на холодный период на 2021 - 2022 учебный год**

Режимные моменты	Время проведения			
	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовител. к школе группа
Приём, осмотр, самостоятельная деятельность детей, игры, индивидуальная работа	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.24
Утренняя гимнастика	7.54-8.00 в группе	8.00-8.10 в группе	7.50-8.00 муз.зал – 3 гр. физ.зал – 7 гр. 8.00-8.10 муз.зал – 10 гр. физ.зал – 5 гр.	8.12-8.24 муз.зал – 9 гр. физ.зал – 4 гр.
Утренний круг	8.00-8.10	8.10-8.20	8.10-8.20	8.00-8.12
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10-8.40	8.20-8.45	8.20-8.45	8.24-8.45
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-10.00	8.45-10.10	8.45-10.10	8.45-9.00
Занятия	8.50-9.05 9.20-9.35/ 9.45-10.00	9.15-9.35 9.50-10.10	9.00-9.20 9.40-10.05	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
2-ой завтрак	10.00-10.05	10.10-10.15	10.10-10.20	10.10-10.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.05-12.05	10.15-12.15	10.20-12.20	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.05-12.20	12.15-12.30	12.20-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.30-13.00	12.30-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.50	15.20-15.45	15.25-15.40	15.25-15.40
Чтение художественной литературы, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность	15.50-17.00	15.45-17.00	15.40-17.00	15.40-17.15
Занятия, работа кружков	-	-	15.40-16.05 16.15-16.40 17.00-19.00	15.40-16.10 16.20-16.50 17.15-19.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.15-19.00