



**УТВЕРЖДЕНО:**  
Заведующий МБДОУ  
Пестречинский детский  
сад № 1 «Колокольчик»  
Е.Н.Шигабутдинова  
Приказ № 24 от 31 августа 2022 года

Согласовано на педагогическом совете  
МБДОУ Пестречинский детский  
сад №1 «Колокольчик»  
Протокол № 1 от 31 августа 2021 года

## **РЕЖИМ ДНЯ**

**Муниципального бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
Пестречинский детский сад № 1 «Колокольчик»  
на 2022 - 2023 учебный год**

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Подготовительная к школе группа №1 – 10,5 часов**  
**Холодный период**

<i>В дошкольном учреждении</i>				
Приём детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.00
Утренняя гимнастика				08.00 – 08.10
Игры, самостоятельная деятельность				08.10 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак				08.30 – 08.50
Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.50 - 09.00
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30
09.40 – 10.10	09.40 – 10.10	09.40 – 10.10	09.40 – 10.10	09.40 – 10.10
10.40 – 11.10	10.30 – 11.00	10.50 – 11.20	10.20 – 10.50	11.30 – 12.00 (на прогулке)
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.30 - 9.40	09.30 - 09.40	09.30 - 9.40	09.30 - 9.40	09.30 - 09.40
10.10 - 10.40	10.10 - 10.30	10.10 - 10.50	10.10 - 10.50	10.10 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
11.10 – 12.40	11.00 – 12.40	11.20 – 12.40	11.00 – 12.40	11.00 – 12.40
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				12.40 - 12.50
Подготовка к обеду, обед				12.50 - 13.15
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры Дневной сон				13.15 – 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.40
Дополнительная образовательная деятельность (кружки) Игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, ручной труд, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				15.40 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00

## РЕЖИМ ДНЯ

### Подготовительная к школе группа №2 – 10,5 часов Холодный период

В дошкольном учреждении				
Приём детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.00
Утренняя гимнастика				08.10 – 08.20
Игры, самостоятельная деятельность				08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак				08.30 – 08.50
Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.50 - 09.00
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30	09.00 – 09.30
10.05 – 10.35	09.40 – 10.10	10.00 – 10.30	09.40 – 10.10	09.40 – 10.10
10.45 – 11.15	11.30 – 12.00 (на прогулке)	10.40 – 11.10	10.45 – 11.15	10.20 – 10.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.30 - 10.05	09.30 - 09.40	09.30 - 10.00	09.30 - 9.40	09.30 - 09.40
10.35 - 10.45	10.10 - 11.00	10.30 - 10.40	10.10 - 10.45	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
11.15 – 12.40	11.00 – 12.40	11.10 – 12.40	11.15 – 12.40	11.00 – 12.40
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				12.40 - 12.50
Подготовка к обеду, обед				12.50 - 13.15
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры Дневной сон				13.15 – 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.40
Дополнительная образовательная деятельность (кружки) Игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, ручной труд, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				15.40 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00

## РЕЖИМ ДНЯ

### Старшая группа – 10,5 часов Холодный период

В дошкольном учреждении				
Приём детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.10
Утренняя гимнастика				08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.30 – 09.00
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1. 09.00 – 9.25 2. 09.35 – 09.55 (1 подгруппа) 10.05 – 10.25 (2 подгруппа)	1. 09.00 – 09.25 2. 09.35 – 09.55	1. 09.00 – 09.20 (1 подгруппа) 09.30 – 09.50 (2 подгруппа) 2. 10.20 – 10.45	1. 09.00 – 09.20 2. 10.15 – 10.40	1. 09.00 – 09.25 2. 11.00 – 11.20 (на прогулке)
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.25 - 09.35 09.55 – 10.05 10.25 – 10.50	09.25 – 09.35 09.55 – 10.50	09.20 - 09.30 09.50 – 10.20 10.45 – 10.50	09.20 - 10.15 10.40 – 10.50	09.25 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.50 – 12.30	10.50 – 12.30	10.50 – 12.30	10.50 – 12.30	10.50 – 12.30
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				12.30 - 12.40
Подготовка к обеду, обед				12.40 - 13.10
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры				13.10 - 13.20
Дневной сон				13.20 - 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.40
Организованная образовательная деятельность.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
3. Рисование 15.40 – 16.05		3. Лепка/Аппликация 15.40 – 16.05	3. Развитие речи 15.40 – 16.05	
Организованная образовательная деятельность, игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, ручной труд, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				16.05 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00

## РЕЖИМ ДНЯ

**Средняя группа – 10,5 часов**  
**Холодный период**

<i>В дошкольном учреждении</i>				
Приём детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.30
Утренняя гимнастика				08.30 - 08.38
Подготовка к завтраку, завтрак Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.38 – 09.10
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.10 – 09.30 10.20 – 10.40 (на прогулке)	09.10 – 09.30 10.05 – 10.25	09.10 – 09.30 09.55 – 10.15	09.10 – 09.30 09.50 – 10.10	09.10 – 09.30 10.10 – 10.30
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.30 – 10.20	09.30 – 10.05	09.30 – 09.55	09.30 – 09.50	09.30 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.20 – 12.15	10.25 – 12.15	10.15 – 12.15	10.10 – 12.15	10.30 – 12.15
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				12.15 - 12.25
Подготовка к обеду, обед				12.25 - 12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры				12.55 - 13.05
Дневной сон				13.05 - 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.50
Игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, ручной труд, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				15.50 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00

## РЕЖИМ ДНЯ

### Вторая младшая группа – 10,5 часов Холодный период

<i>В дошкольном учреждении</i>				
Приём детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.38
Утренняя гимнастика				08.38 - 08.44
Подготовка к завтраку, завтрак Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.44 - 09.20
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.20 – 09.35 09.45 – 10.00	09.20 – 09.35 09.45 – 10.00	09.35 – 09.50 10.00 – 10.15	09.20 – 09.35 10.45 – 11.00 (на прогулке)	09.20 – 09.35 09.50 – 10.05
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.35 – 09.45 10.00 – 10.10	09.35 – 09.45 10.00 – 10.10	09.20 – 09.35 09.50 – 10.55	09.35 – 10.10	09.35 – 09.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.10 – 12.05	10.10 – 12.05	10.10 – 12.05	10.10 – 12.05	10.10 – 12.05
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				12.05 - 12.20
Подготовка к обеду, обед				12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры				12.50 - 13.00
Дневной сон				13.00 - 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.50
Игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				15.50 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00

## РЕЖИМ ДНЯ

### Первая младшая группа – 10,5 часов Холодный период

<i>В дошкольном учреждении</i>				
Приём детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность				07.30 - 08.44
Утренняя гимнастика				08.44 - 08.49
Подготовка к завтраку, завтрак Подготовка к ООД, игры, самостоятельная деятельность				08.49 - 09.30
ООД, динамические паузы, физминутки, дыхательные и пальчиковые гимнастики, игровые упражнения.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.30 – 09.40 09.50 – 10.00	09.30 – 09.40 09.50 – 10.00	09.30 – 09.40 10.50 – 11.00 (на прогулке)	09.35 – 09.45 09.55 – 10.05	09.35 – 09.45 09.55 – 10.05
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ООД. Второй завтрак.				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
09.40 – 09.50	09.40 – 09.50	09.40 – 10.00	09.45 – 09.55	09.45 – 09.55
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, экспериментальная деятельность, самостоятельная деятельность, общение по интересам)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.00 – 11.30	10.00 – 11.30	10.00 – 11.30	10.05 – 11.30	10.05 – 11.30
Возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков (умывание, обмывание рук до локтей)				11.30 - 11.55
Подготовка к обеду, обед				11.55 - 12.30
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры				12.30 - 12.40
Дневной сон				12.40 - 15.00
Постепенный подъём, вторая гимнастика (бодрящая гимнастика), воздушные ванны, хождение босиком (тёплое время года)				15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков				15.25 - 15.50
Игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, конструктивно-модельная деятельность, досуги, развлечения				15.50 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, индивидуальная работа с детьми, сотрудничество с родителями, уход детей домой				17.20 - 18.00