

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1

от «01» 09 20 20 г.



«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР - д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр. № 66 от «01» 09 20 20 г.

РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Первая младшая группа №1	
	1,5 – 3 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.55	1ч. 55мин
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.05	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.25	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	8.25 – 8.45	20 мин.
Совместная образовательная деятельность	8.45 – 9.15	2 занятия в день, продолжительностью не более 10 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 20 мин.)
Подготовка к прогулке	9.15 – 9.30	15 мин.
Прогулка	9.30 – 11.00	1ч 30 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00 – 11.30	30мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	30мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	3ч
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15 мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.30 – 15.50	20 мин.
Подготовка к ужину, ужин	15.50 – 16.10	20 мин.
Подготовка к прогулке	16.10 – 16.20	10 мин.
Прогулка	16.20 – 18.00	1ч 40мин

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1

от « 01 » 09 2020 г.

«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр. № 6/8 от « 01 » 09 2020 г.



РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Вторая младшая группа №2	
	3 – 4 года	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.55	1ч 55мин.
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.05	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.20	15 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник, вторник, среда, пятница 8.20 - 8.45 четверг 8.20 – 9.00	25 мин. 40 мин
Совместная образовательная деятельность	понедельник, вторник, среда, пятница 8.45 – 9.25 четверг 9.00 – 9.40	2 занятия в день в 1 половине дня, продолжительностью не более 15 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 30 мин.)
Подготовка к прогулке	понедельник, вторник, среда, пятница 9.25 – 9.40 четверг 9.40 – 9.55	15 мин.
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	понедельник, вторник, среда, пятница 9.40 – 11.10 четверг 9.55 – 11.10	1ч. 30мин. 1ч. 15мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10 – 11.30	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	3ч.
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.25 – 16.00	35мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.00 – 16.20	20мин.
Подготовка к прогулке,	16.20 – 16.30	10мин.
Прогулка	16.30 – 18.00	1ч. 30мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1
от « 01 » 09 20 10 г.

«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

от « 01 » 09 20 10 г.



РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Средняя группа №3	
	4 – 5 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.35	1ч 35мин.
Подготовка к прогулке	7.35 – 7.45	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.45 – 8.05	20 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.20	15 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 8.20 - 9.05	45 мин.
	вторник 8.20 - 9.00	40 мин.
	среда, четверг, пятница 8.20 – 9.10	30 мин.
	понедельник 9.05 – 9.55	2 занятия в день в 1 половине дня, продолжительностью не более 20 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 40 мин.)
Образовательная деятельность	вторник 9.00 – 9.50	
	среда, четверг, пятница 9.10 – 10.00	
	понедельник 9.55 – 10.10	
Подготовка к прогулке	вторник 9.50 – 10.05	15 мин.
	среда, четверг, пятница 10.00 – 10.15	
	понедельник 10.10 – 11.35	
	вторник 10.05 – 11.35	
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	среда, четверг, пятница 10.15 – 11.35	1ч 20мин
	11.35 – 11.50	15 мин.
	11.50 – 12.15	25 мин.
	12.15 – 15.00	2ч 45мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к обеду, обед	15.15 – 15.25	10мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	15.25 – 16.10	45мин.
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	16.10 – 16.30	20мин.
Подготовка к полднику, полдник	16.30 – 16.40	10мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	16.40 – 18.00	1ч. 20мин.

Протокол № 1
от « 04 » 09 2010 г.

Пр. № _____ от «09» 09 2020 г.



(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Старшая группа №4	
	5 - 6 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	понед., вторник, среда 6.00 – 7.15 четверг 6.00 – 7.20 пятница 6.00 – 7.10	1ч 15мин 1ч 20мин 1ч 10мин
Подготовка к прогулке	понед., вторник 7.15 – 7.25 среда 7.15 – 7.25 четверг 7.20 – 7.30 пятница 7.10 – 7.20	10мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	понед., вторник, среда 7.25 – 8.15 четверг 7.30 – 8.15 пятница 7.20 – 8.15	50 мин. 45 мин 55 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 8.35 – 9.00 вторник 8.35 – 9.30 среда 8.35 – 9.45 четверг, пятница 8.35 – 9.00	25 мин. 55 мин. 50 мин. 25 мин.
Образовательная деятельность	понедельник 9.00 – 9.55 вторник 9.30 – 10.30 среда 9.45 – 10.40 четверг 9.00 – 10.05 пятн. 9.00 – 9.25, 11.00-11.20 (улица)	2 занятия в 1 пол. дня общей продолжительностью 25мин и 20 мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 45 мин.)
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 9.55 – 10.30 четверг 10.05 – 10.30 пятница 9.25 – 10.30	35 мин. 25 мин. 55 мин.
Подготовка к прогулке	понедельник 9.55 – 10.05 вторник 10.30 – 10.40 среда 10.40 – 10.50 четверг 10.30 – 10.40 пятница 10.30 – 10.40	10 мин.
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	понедельник 10.05 – 11.50 вторник 10.40 – 11.50 среда 10.50 – 11.50 четверг 10.40 – 11.50 пятница 10.40 – 11.00, 11.20 – 11.50	1ч 45мин 1ч 10мин 1ч 1ч 10мин 20мин + 30мин = 50мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.20	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00	2ч 40мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	понедельник, среда, пятница 15.25 – 15.50	1 занятие в 2 пол. дня общей продолжительностью 25мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	понед., среда, пятница 15.50 – 16.20 вторник, четверг 15.25 – 16.20	30мин 55мин
Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40	20мин.
Подготовка к прогулке	16.40 – 16.50	10мин.
Прогулка	16.50 – 18.00	1ч. 10мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1
от «01» 09 20 10 г.



«Утверждаю»

«ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

от «01» 09 20 10 г.

РЕЖИМ ДНЯ (НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Старшая группа №5	
	5 – 6 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.20	1ч 20мин.
Подготовка к прогулке	7.20 – 7.30	10мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.30 – 8.15	45 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понед, пятница 8.35 - 9.00	25 мин.
	вторник 8.35 - 9.05	30 мин.
	среда 8.35 - 9.15	40 мин.
	четверг 8.35 - 9.30	55 мин.
Образовательная деятельность	понед, пятница 9.00 – 9.55	2 занятия в 1 пол. дня, общей продолжительностью 25мин и 20 мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 45 мин.)
	вторник 9.05 – 10.00	
	среда 9.15 - 10.10	
	четв. 9.30–9.50, 10.15–10.40 (улица)	
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 9.55 – 10.20	25 мин.
	среда 10.00 – 10.15	15 мин
	пятница 9.50 – 10.20	30 мин.
Подготовка к прогулке	понед. 10.20 – 10.30	10 мин.
	вторник 10.00 – 10.10	
	среда 10.15 – 10.25	
	четверг 9.50 – 10.00	
	пятница 10.20 – 10.30	
Прогулка (при t выше -20 С и скорости ветра не более 7 м/с) (при t ниже -20 С и скорости ветра более 7 м/с, время прогулки сокращается)	понед. 10.30 – 11.50	1ч 20мин
	вторник 10.10 – 11.50	1ч 40мин
	среда 10.25 – 11.50	1ч 25мин
	четверг 10.00 – 10.15, 10.40 – 11.50	15 мин + 1ч 10мин = 1ч 25мин
	пятница 10.30– 11.50	1ч 20мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.20	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00	2ч 40мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	понедельник, среда, пятница 15.25 – 15.50	25мин
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	понедельник, среда, пятница 15.50 – 16.20	30мин
	вторник, четверг 15.25 – 16.20	55мин
Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40	20мин.
Подготовка к прогулке,	16.40 – 16.50	10мин.
Прогулка	16.50 – 18.00	1ч. 10мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 2

от « 30 » 11 20 20 г.

«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр.№ 726 от « 09 » 12 20 20 г.



РЕЖИМ ДНЯ
(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Вторая младшая группа №7	
	3 – 4 года	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.55	1ч 55мин.
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.05	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.20	15 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понед., вторн., четв. 8.20-8.45 среда, пятница 8.20 – 9.00	25 мин. 40 мин.
Совместная образовательная деятельность	понед., вторн., четв. 8.45-9.25 среда, пятница 9.00-9.40	2 занятия в день в 1 половине дня, продолжительностью не более 15 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 30 мин.)
Подготовка к прогулке	понед., вторн., четв. 9.25-9.40 среда, пятница 9.40 – 9.55	15 мин.
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	понед., вторн., четв. 9.40-11.10 среда, пятница 9.55 – 11.10	1ч. 30мин. 1ч. 15мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10 – 11.30	20 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	3ч.
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.25 – 16.00	35мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.00 – 16.20	20мин.
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.30	10мин.
Прогулка	16.30 – 18.00	1ч. 30мин.

от « 01 » 09 20 20 г.

Пр.№ 66 от «01» 09 2020 г.



(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Подготовительная группа №8 (1 полугодие)	
	6 - 7 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.20	1ч 20мин.
Подготовка к прогулке	7.20 – 7.30	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	50 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 8.40 – 9.25 вторник, среда, четв., пятн. 8.40 – 9.00	45 мин. 20 мин.
Образовательная деятельность	понедельник 9.25 – 10.35 вторник 9.00–10.10, 11.10-11.40 (улица) среда 9.00 – 10.50 четверг 9.00 – 10.50 пятница 9.00 – 10.10	не более 3х занятий в 1 пол. дня, общей продолжительностью 30мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 90 мин.)
Игры, самостоятельная деятельность	Понедельник 10.35 – 10.50 вторник 10.10 – 10.25 пятница 10.10 – 10.45	15 мин. 15 мин. 35 мин.
Подготовка к прогулке	понедельник 10.50 – 11.00 вторник 10.25 – 10.35 среда, четверг 10.50 – 11.00 пятница 10.45 – 10.55	10 мин.
Прогулка (при t выше -20 С и скорости ветра не более 7 м/с) (при t ниже -20 С и скорости ветра более 7 м/с, время прогулки сокращается)	понедельник 11.00 - 12.10 вторник 10.35 – 11.10 и 11.40 - 12.10 среда, четверг 11.00 - 12.10 пятница 10.55 – 12.10	1ч 10мин. 35 мин. + 30 мин. = 1ч. 05мин. 1ч 10мин. 1ч 15мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.20	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.40	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00	2ч 20мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	15.25 – 15.55	30 мин
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.55 – 16.25	30 мин
Подготовка к ужину, ужин	16.25 – 16.45	20мин.
Подготовка к прогулке	16.45 – 16.55	10мин.
Прогулка	16.55 – 18.00	1ч. 05мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 2

от « 30 » 11 20 20 г.

«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр. № 726 от « 05 » 12 20 20 г.



РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Первая младшая группа №9	
	1,5 – 3 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.55	1ч. 55мин
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.05	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.25	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	пон., вт., ср., четв. 8.25 – 8.45	20 мин.
	пятница 8.25-8.40	15 мин.
Совместная образовательная деятельность	пон., вт., ср., четв 8.45 – 9.15 пятница 8.40-9.15	2 занятия в день, продолжительностью не более 10 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 20 мин.)
Подготовка к прогулке	9.15 – 9.30	15 мин.
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	9.30 – 11.00	1ч 30 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00 – 11.30	30мин.
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	30мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	3ч
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15 мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.30 – 15.50	20 мин.
Подготовка к ужину, ужин	15.50 – 16.10	20 мин.
Подготовка к прогулке	16.10 – 16.20	10 мин.
Прогулка	16.20 – 18.00	1ч 40мин

«Принято»
 На заседании педсовета
 Протокол № 1
 от « 01 » 09 20 10 г.



«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР - д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр. № 66 от « 01 » 09 20 10 г.

РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Средняя группа № 10	
	4 – 5 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.35	1ч 35мин.
Подготовка к прогулке	7.35 – 7.45	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.45 – 8.05	20 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.20	15 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	8.20 - 8.45	25 мин.
Образовательная деятельность	понедельник, пятница 9.00-9.50 вторник, четверг 9.05 – 9.55 среда 8.45 – 9.35	2 занятия в день в 1 половине дня, продолжительностью не более 20 мин., с перерывом 10 мин (максимальный объём 40 мин.)
Подготовка к прогулке	понедельник, пятница 9.50 – 10.05 вторник, четверг 9.55– 10.10 среда 9.35 – 9.50	15 мин.
Прогулка (при t выше -15 С и скорости ветра не более 7 м/с)	понедельник, пятница 10.05 – 11.35 вторник, четверг 10.10-11.35 среда 9.50 – 11.35	1ч 30мин 1ч 25мин 1ч 45мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.35 – 11.50	15 мин.
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.15	25 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15 – 15.00	2ч 45мин
Подъём, гимнастика после сна, закалывающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.25 – 16.10	45мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.10 – 16.30	20 мин.
Подготовка к прогулке,	16.30 – 16.40	10 мин.
Прогулка	16.40 – 18.00	1ч. 20мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1
от « 01 » 09 2020 г.



«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

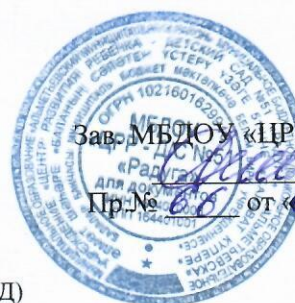
Пр. № 1 от « 01 » 09 2020 г.

РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Старшая группа №12	
	5 – 6 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.20	1ч 20мин.
Подготовка к прогулке	7.20 – 7.30	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.30 – 8.15	45мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник 8.35 - 9.35	1ч
	вторник, четверг 8.35 - 9.00	25 мин.
	среда 8.35 - 9.10	35 мин.
	пятница 8.35 – 8.55	20 мин.
Образовательная деятельность	понедельник 9.35 - 10.30	2 занятия в 1 пол. дня, общей продолжительностью 25мин и 20 мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 45 мин.)
	вторник 9.00 – 9.55	
	среда 9.10 - 10.05	
	четверг 9.00 – 9.20, 10.50 – 11.15 (улица)	
	пятница 8.55 – 9.15	
Игры, самостоятельная деятельность	вторник 9.55 – 10.25	30 мин.
	четверг 9.20 – 10.00	40 мин.
	пятница 9.15 – 10.15	1ч
Подготовка к прогулке	понедельник 10.30 – 10.40	10 мин.
	вторник 10.25 – 10.35	
	среда 10.05 – 10.15	
	четверг 10.00 – 10.10	
	пятница 10.15 – 10.25	
Прогулка (при t выше -20 С и скорости ветра не более 7 м/с) (при t ниже -20 С и скорости ветра более 7 м/с, время прогулки сокращается)	понедельник 10.40 – 11.50	1ч 10мин
	вторник 10.35 – 11.50	1ч 15мин
	среда 10.15 – 11.50	1ч 35мин
	четверг 10.10 – 10.50 и 11.15 – 11.50	40мин + 35мин = 1ч. 15мин
	пятница 10.25 – 11.50	1ч 25мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.20	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00	2ч 40мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	вторник, четверг, пятница 15.25 – 15.50	25мин
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	вторник, четверг, пятница 15.50 – 16.20	30мин
	понедельник, среда 15.25 – 16.20	55мин
Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40	20мин.
Подготовка к прогулке,	16.40 – 16.50	10мин.
Прогулка	16.50 – 18.00	1ч. 10мин.

«Принято»
На заседании педсовета
Протокол № 1
от « 01 » 09 20 10 г.



«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»
Сахавова Г.И.
Пр. № 88 от « 01 » 09 20 10 г.

РЕЖИМ ДНЯ

(НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Подготовительная группа №13	
	6 - 7 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.20	1ч 20мин.
Подготовка к прогулке	7.20 – 7.30	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	50 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понед., вторн., среда, пятн. 8.40 - 9.00	20 мин.
	четверг 8.40 - 9.25	45 мин.
Образовательная деятельность	понед. 9.00–10.10 и 10.40–11.10 (улица)	не более 3х занятий в 1 пол. дня, общей продолжительностью 30мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 90 мин.)
	вторник, пятница 9.00 – 10.10	
	среда 9.00 – 10.50	
	четверг 9.25 – 10.35	
Игры, самостоятельная деятельность	вторник, пятница - 10.10 – 10.40	30 мин.
	четверг 10.35-10.45	10 мин.
Подготовка к прогулке	понедельник 10.10 – 10.20	10 мин.
	вторник, пятница 10.40 – 10.50	
	среда 10.50 – 11.00	
	четверг 10.45 – 10.55	
Прогулка (при t выше -20 С и скорости ветра не более 7 м/с) (при t ниже -20 С и скорости ветра более 7 м/с, время прогулки сокращается)	понедельник 10.20-10.40 и 11.10-12.10	20 мин. + 1ч = 1ч 20мин.
	вторник, пятница 10.50 – 12.10	1ч 20мин.
	среда 11.00 – 12.10	1ч 10мин.
	четверг 10.55 – 12.10	1ч. 15мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.20	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.40	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00	2ч 20мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	вторник, среда, четверг, пятница 15.25 – 15.55	30 мин
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	вторник, среда, четверг, пятница 15.55 – 16.25	30 мин
	понедельник 15.25 – 16.25	1ч
Подготовка к ужину, ужин	16.25 – 16.45	20мин.
Подготовка к прогулке	16.45 – 16.55	10мин.
Прогулка	16.55 – 18.00	1ч. 05мин.

«Принято»

На заседании педсовета

Протокол № 1
от « 01 » 09 20 20 г.



«Утверждаю»

Зав. МБДОУ «ЦРР – д/с №51 «Радуга»

Сахавова Г.И.

Пр. № 06 от « 01 » 09 20 20 г.

РЕЖИМ ДНЯ (НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Содержание	Подготовительная группа №14	
	6 - 7 лет	
	время	продолжительность
Приход детей, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00 – 7.20	1ч 20мин.
Подготовка к прогулке	7.20 – 7.30	10 мин.
Прогулка, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	50 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	20 мин.
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник, пятница 8.40 - 9.00 вторник 8.40 – 8.50 среда 8.40 - 9.35 четверг 8.40 - 9.40	20 мин. 10 мин. 55 мин. 1ч
Образовательная деятельность	понедельник, пятница 9.00 – 10.10 вторник 8.50 – 10.40 среда 9.35 – 10.45 и 11.00-11.30(улица) четверг 9.40 – 10.50	не более 3х занятий в 1 пол. дня, общей продолжительностью 30мин, с перерывом не менее 10 мин (макс. объём 90 мин.)
Игры, самостоятельная деятельность	понедельник, пятница 10.10 – 10.40 вторник 10.40 – 11.05	30 мин. 10 мин.
Подготовка к прогулке	понедельник, пятница 10.40 – 10.50 вторник 11.05 – 11.15 среда 10.45 – 10.55 четверг 10.50 – 11.00	10 мин.
Прогулка (при t выше -20 С и скорости ветра не более 7 м/с) (при t ниже -20 С и скорости ветра более 7 м/с, время прогулки сокращается)	понедельник, пятница 10.50 – 12.10 вторник 11.15 – 12.10 среда 10.55 – 11.00 и 11.00 – 12.10 четверг 11.00 – 12.10	1ч 20мин. 55 мин 5 мин + 1ч.10мин = 1ч 15мин 1ч 10мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.20	10 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.40	20 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00	2ч 20мин
Подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00 – 15.15	15мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	10мин.
Образовательная деятельность	понедельник, вторник, четверг 15.25 – 15.55	30 мин
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	понедельник, вторник, четверг 15.55 – 16.25 среда, пятница 15.25 – 16.25	30 мин 1ч
Подготовка к ужину, ужин	16.25 – 16.45	20мин.
Подготовка к прогулке	16.45 – 16.55	10мин.
Прогулка	16.55 – 18.00	1ч. 05мин.