

РЕЖИМ ДНЯ

воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 110 «Мальвина»

(Холодный период)

Режимные моменты:		1 мл. гр.	2 мл. гр.	Ср. гр.	Ст. гр.	Подг. гр.
Дома.						
Подъём, утренний туалет.		6 ³⁰ - 7 ³⁰	6 ³⁰ - 7 ³⁰	6 ³⁰ - 7 ³⁰	6 ³⁰ - 7 ³⁰	6 ³⁰ - 7 ³⁰
В детском саду.						
Приём, осмотр, игры		7 ⁰⁰ - 7 ⁵⁰	7 ⁰⁰ - 7 ⁵⁰	7 ⁰⁰ - 8 ⁰²	7 ⁰⁰ - 8 ¹⁴	7 ⁰⁰ - 8 ²⁸
Утренняя гимнастика.		7 ⁵⁰ - 8 ⁰⁰	7 ⁵⁰ - 8 ⁰⁰	8 ⁰² - 8 ¹²	8 ¹⁴ - 8 ²⁶	8 ²⁸ - 8 ⁴⁰
Подготовка к завтраку		8 ⁰⁰ - 8 ¹⁰	8 ⁰⁰ - 8 ¹⁰	8 ¹² - 8 ²⁵	8 ²⁶ - 8 ³⁵	8 ⁴⁰ - 8 ⁴⁵
Завтрак.		8 ¹⁰ - 8 ³⁰	8 ¹⁰ - 8 ³⁰	8 ²⁵ - 8 ⁴⁵	8 ³⁵ - 8 ⁵⁰	8 ⁴⁵ - 8 ⁵⁵
Подготовка к занятиям		8 ³⁰ - 8 ⁴⁰	8 ³⁰ - 8 ⁵⁰	8 ⁴⁵ - 9 ⁰⁰	8 ⁵⁰ - 9 ⁰⁰	8 ⁵⁵ - 9 ⁰⁰
Занятия, Игры		8 ⁴⁰ - 9 ²⁰	8 ⁵⁰ - 9 ⁴⁵	9 ⁰⁰ - 10 ¹⁰	9 ⁰⁰ - 10 ⁴⁰	9 ⁰⁰ - 11 ¹⁰
Подготовка ко 2 ^{му} завтраку		9 ²⁰ - 9 ³⁰	9 ⁴⁵ - 9 ⁵⁰	10 ¹⁰ - 10 ¹⁵	10 ⁰⁰ - 10 ⁰⁵	10 ¹⁰ - 10 ¹⁵
2 ^{ой} завтрак.		9 ³⁰ - 9 ³⁵	9 ⁵⁰ - 10 ⁰⁰	10 ¹⁵ - 10 ²⁰	10 ⁰⁵ - 10 ¹⁰	10 ¹⁵ - 10 ²⁰
Подготовка к прогулке	к 1 подг	9 ³⁵ - 9 ⁴⁵	10 ⁰⁰ - 10 ¹⁰	10 ²⁰ - 10 ³⁰	10 ⁴⁰ - 10 ⁵⁰	11 ¹⁰ - 11 ²⁰
	2 подг	9 ⁴⁵ - 9 ⁵⁵	10 ¹⁰ - 10 ²⁰	10 ³⁰ - 10 ⁴⁰	10 ⁵⁰ - 11 ⁰⁰	11 ²⁰ - 11 ³⁰
Прогулка		9 ⁴⁵ - 11 ⁴⁰	10 ¹⁰ - 11 ⁵⁵	10 ³⁰ - 12 ¹⁰	10 ⁵⁰ - 12 ³⁰	11 ²⁰ - 12 ⁴⁰
Возвращение с прогулки	с 2 подг	11 ⁴⁰ - 11 ⁵⁰	11 ⁵⁵ - 12 ⁰⁵	12 ²⁰ - 12 ³⁰	12 ³⁰ - 12 ⁴⁰	12 ⁴⁰ - 12 ⁵⁰
	1 полг	11 ³⁰ - 11 ⁴⁰	11 ⁴⁵ - 11 ⁵⁵	12 ¹⁰ - 12 ²⁰	12 ²⁰ - 12 ³⁰	12 ³⁰ - 12 ⁴⁰
Подготовка к обеду		11 ⁴⁰ - 12 ⁰⁰	11 ⁵⁵ - 12 ¹⁵	12 ²⁰ - 12 ³⁰	12 ³⁰ - 12 ⁴⁵	12 ⁴⁰ - 12 ⁵⁰
Обед.		11 ⁵⁰ - 12 ³⁰	12 ⁰⁵ - 12 ⁴⁰	12 ³⁰ - 12 ⁵⁵	12 ⁴⁰ - 13 ⁰⁵	12 ⁵⁰ - 13 ¹⁰
Подготовка ко сну		12 ³⁰ - 12 ⁴⁰	12 ⁴⁰ - 12 ⁵⁰	12 ⁵⁵ - 13 ⁰⁵	13 ⁰⁵ - 13 ¹⁰	13 ¹⁰ - 13 ¹⁵
Дневной сон.		12 ⁴⁰ - 15 ⁰⁰	12 ⁵⁰ - 15 ⁰⁰	13 ⁰⁵ - 15 ⁰⁰	13 ¹⁰ - 15 ⁰⁰	13 ¹⁵ - 15 ⁰⁰
Пробуждение. Подъём, закаливание		15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰
Полдник.		15 ¹⁰ - 15 ¹⁵	15 ¹⁰ - 15 ¹⁵	15 ¹⁰ - 15 ¹⁵	15 ¹⁰ - 15 ¹⁵	15 ¹⁰ - 15 ¹⁵
Занятия, игры, студии.		15 ¹⁵ - 16 ⁰⁰	15 ¹⁵ - 16 ⁰⁵	15 ¹⁵ - 16 ¹⁰	15 ¹⁵ - 16 ¹⁵	15 ¹⁵ - 16 ²⁰
Подготовка к ужину.		16 ⁰⁰ - 16 ¹⁰	16 ⁰⁵ - 16 ¹⁵	16 ¹⁰ - 16 ²⁰	16 ¹⁵ - 16 ²⁵	16 ²⁰ - 16 ³⁰
Ужин.		16 ¹⁰ - 16 ³⁰	16 ¹⁵ - 16 ³⁵	16 ²⁰ - 16 ⁴⁰	16 ²⁵ - 16 ⁴⁵	16 ³⁰ - 16 ⁵⁰
Игры, подготовка к прогулке		16 ³⁰ - 17 ¹⁵	16 ³⁵ - 17 ¹⁵	16 ⁴⁰ - 17 ¹⁵	16 ⁴⁵ - 17 ¹⁵	16 ⁵⁰ - 17 ¹⁵
Вечерняя прогулка		17 ¹⁵ - 19 ⁰⁰	17 ¹⁵ - 19 ⁰⁰	17 ¹⁵ - 19 ⁰⁰	17 ¹⁵ - 19 ⁰⁰	17 ¹⁵ - 19 ⁰⁰
Дома.						
Возвращение с прогулки, лёгкий ужин, игры, гигиенические процедуры		19 ⁰⁰ - 20 ²⁰	19 ⁰⁰ - 20 ³⁰	19 ⁰⁰ - 20 ⁴⁰	19 ⁰⁰ - 20 ⁴⁵	19 ⁰⁰ - 20 ⁴⁵
Укладывание, ночной сон.		20 ²⁰ - 6 ³⁰ (7 ³⁰)	20 ³⁰ - 6 ³⁰ (7 ³⁰)	20 ⁴⁰ - 6 ³⁰ (7 ³⁰)	20 ⁴⁵ - 6 ³⁰ (7 ³⁰)	20 ⁴⁵ - 6 ³⁰ (7 ³⁰)

Заведующий МБДОУ



И.В. Володина.