

Утверждаю:

И.о. заведующего МБДОУ Д /с №9

«Радуга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А.Дробинина

Режимы дня

на 2015-2016 год

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №1

с 3-4 лет

(понедельник, среда, четверг, пятница)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.47 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.47-8.00 |
| 4. | Завтрак | 8.00-8.20 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.20-8.55 |
| 6. | НОД | 8.55-9.35 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 9.35-9.45 |
| 8. | Прогулка | 9.45-11.35 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.35-11.45 |
| 10. | Обед | 11.45-12.10 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.10-12.30 |
| 12. | Дневной сон | 12.30-15.00 |
| 13. | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| 14. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 15. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 16. | Самостоятельная деятельность(подготовка к прогулке) | 15.30-15.50 |
| 17. | Прогулка | 15.50-16.50 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к ужину) | 16.50-17.00 |
| 19. | Ужин | 17.00-17.20 |
| 20. | Самостоятельная деятельность | 17.20-17.30 |
| 21. | Прогулка | 17.30-19.00 |
| 22. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №1

с 3-4 лет

(вторник)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.47 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.47-8.00 |
| 4. | Завтрак | 8.00-8.20 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.20-8.55 |
| 6. | НОД | 8.55-9.35 |
| 7. | Самостоятельная деятельность(подготовка к прогулке) | 9.35-9.45 |
| 8. | Прогулка | 9.45-11.35 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.35-11.45 |
| 10. | Обед | 11.45-12.10 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.10-12.30 |
| 12. | Дневной сон | 12.30-15.00 |
| 13. | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| 14. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 15. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОДу) | 15.30-15.40 |
| 17. | НОД | 15.40-15.55 |
| 18. | Самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 15.55-16.50 |
| 19. | Подготовка к ужину | 16.50-17.00 |
| 20. | Ужин | 17.00-17.20 |
| 21. | Самостоятельная деятельность | 17.20-17.30 |
| 22. | Прогулка | 17.30-19.00 |
| 23. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

*(холодный период года)*

*1 младшая группа с 2-3 лет.*

*(понедельник, среда)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей,  самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.45 |
| 3. | Самостоятельная деятельность | 7.45-7.50 |
| 4. | Завтрак | 7.50-8.10 |
| 5. | Самостоятельная деятельность | 8.10-9.00 |
| 6. | Занятие | 9.00-9.30 |
| 7. | Самостоятельная деятельность | 9.30-9.40 |
| *8.* | Прогулка | 9.40-11.10 |
| *9.* | Самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| *10.* | Обед | 11.30 |
| 11. | Самостоятельная деятельность | 11.50-12.00 |
| *12.* | Дневной сон | 12.00-15.00 |
| *13.* | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| *14.* | Самостоятельная деятельность | 15.10-15.15 |
| *15.* | Полдник | 15.15-15.25 |
| 16. | Самостоятельная деятельность | 15.25-15.30 |
| 17. | Занятие | 15.30-15.40 |
| *18.* | Самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| *19.* | Ужин | 16.50-17.10 |
| *20.* | Самостоятельная деятельность | 17.10-17.20 |
| *21.* | Прогулка | 17.20-19.00 |
| 22. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

*( холодный период года)*

*1 младшая группа с 2-3 лет.*

*(вторник)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей,  самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.45 |
| 3. | Самостоятельная деятельность | 7.45-7.50 |
| 4. | Завтрак | 7.50-8.10 |
| 5. | Самостоятельная деятельность | 8.10-9.00 |
| 6. | Занятие | 9.00-9.10 |
| 7. | Самостоятельная деятельность | 9.10-9.40 |
| *8.* | Прогулка | 9.40-11.10 |
| *9.* | Самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| *10.* | Обед | 11.30 |
| 11. | Самостоятельная деятельность | 11.50-12.00 |
| *12.* | Дневной сон | 12.00-15.00 |
| *13.* | Подъем ,закаливание | 15.00-15.10 |
| *14.* | Самостоятельная деятельность | 15.10-15.15 |
| *15.* | Полдник | 15.15-15.25 |
| 16. | Самостоятельная деятельность | 15.25-15.30 |
| 17. | Занятие | 15.30-16.00 |
| *18.* | Самостоятельная деятельность | 16.00-16.50 |
| *19.* | Ужин | 16.50-17.10 |
| *20.* | Самостоятельная деятельность | 17.10-17.20 |
| *21.* | Прогулка | 17.20-19.00 |
| 22. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

*(холодный период года)*

*1 младшая группа с 2-3 лет.*

*(четверг)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей,  самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.45 |
| 3. | Самостоятельная деятельность | 7.45-7.50 |
| 4. | Завтрак | 7.50-8.10 |
| 5. | Самостоятельная деятельность | 8.10-9.00 |
| 6. | Занятие | 9.00-9.30 |
| 7. | Самостоятельная деятельность | 9.30-9.40 |
| *8.* | Прогулка | 9.40-11.10 |
| *9.* | Самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| *10.* | Обед | 11.30 |
| 11. | Самостоятельная деятельность | 11.50-12.00 |
| *12.* | Дневной сон | 12.00-15.00 |
| *13.* | Подъем ,закаливание | 15.00-15.10 |
| *14.* | Самостоятельная деятельность | 15.10-15.15 |
| *15.* | Полдник | 15.15-15.25 |
| 16. | Самостоятельная деятельность | 15.25-15.30 |
| 17. | Занятие | 15.30-16.00 |
| *18.* | Самостоятельная деятельность | 16.00-16.50 |
| *19.* | Ужин | 16.50-17.10 |
| *20.* | Самостоятельная деятельность | 17.10-17.20 |
| *21.* | Прогулка | 17.20-19.00 |
| 22. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

*(холодный период года)*

*1 младшая группа с 2-3 лет.*

*(пятница)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей,  самостоятельная деятельность | 7.00-7.40 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.40-7.45 |
| 3. | Самостоятельная деятельность | 7.45-7.50 |
| 4. | Завтрак | 7.50-8.10 |
| 5. | Самостоятельная деятельность | 8.10-9.00 |
| 6. | Занятие | 9.00-9.10 |
| 7. | Самостоятельная деятельность | 9.10-9.40 |
| *8.* | Прогулка | 9.40-11.10 |
| *9.* | Самостоятельная деятельность | 11.10-11.30 |
| *10.* | Обед | 11.30 |
| 11. | Самостоятельная деятельность | 11.50-12.00 |
| *12.* | Дневной сон | 12.00-15.00 |
| *13.* | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| *14.* | Самостоятельная деятельность | 15.10-15.15 |
| *15.* | Полдник | 15.15-15.25 |
| 16. | Самостоятельная деятельность | 15.25-15.30 |
| 17. | Занятие | 15.30-15.40 |
| *18.* | Самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| *19.* | Ужин | 16.50-17.10 |
| *20.* | Самостоятельная деятельность | 17.10-17.20 |
| *21.* | Прогулка | 17.20-19.00 |
| 22. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

подготовительная к школе группа №3

с 6-7 лет

(понедельник)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-8.10 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 8.20-8.30 |
| 4. | Завтрак | 8.30-8.50 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.50-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-10.10 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.10-10.20 |
| 10. | Прогулка | 10.20-12.20 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 12.20-12.30 |
| 12. | Обед | 12.30-12.50 |
| 13. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.50-13.00 |
| 14. | Дневной сон | 13.00-15.00 |
| 15. | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 17. | Полдник | 15.20-15.25 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 15.25-15.30 |
| 19. | НОД | 15.30-16.00 |
| 20. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 16.00-16.10 |
| 21. | Прогулка | 16.10-17.10 |
| 22. | Самостоятельная деятельность (подготовка к ужину) | 17.10-17.20 |
| 23. | Ужин | 17.20-17.40 |
| 24. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 17.40-18.00 |
| 25. | Прогулка | 18.00-19.00 |
| 26. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

подготовительная к школе группа №3

с 6-7 лет

(четверг)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-8.10 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 8.20-8.30 |
| 4. | Завтрак | 8.30-8.50 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.50-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-10.10 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.10-10.20 |
| 10. | Прогулка (НОД - физическое развитие в 11.50-12.20) | 10.20-12.20 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 12.20-12.30 |
| 12. | Обед | 12.30-12.50 |
| 13. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.50-13.00 |
| 14. | Дневной сон | 13.00-15.00 |
| 15. | Подъем ,закаливание | 15.00-15.10 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 17. | Полдник | 15.20-15.25 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 15.25-16.10 |
| 21. | Прогулка | 16.10-17.10 |
| 22. | Самостоятельная деятельность (подготовка к ужину) | 17.10-17.20 |
| 23. | Ужин | 17.20-17.40 |
| 24. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 17.40-18.00 |
| 25. | Прогулка | 18.00-19.00 |
| 26. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

подготовительная к школе группа №3

с 6-7 лет

(вторник, пятница)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-8.10 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 8.20-8.30 |
| 4. | Завтрак | 8.30-8.50 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.50-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-9.30 |
| 7. | Самостоятельная деятельность | 9.30-10.10 |
| 8. | НОД | 10.10-10.40 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.40-10.50 |
| 10. | Прогулка | 10.20-12.20 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 12.20-12.30 |
| 12. | Обед | 12.30-12.50 |
| 13. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.50-13.00 |
| 14. | Дневной сон | 13.00-15.00 |
| 15. | Подъем, закаливание | 15.00-15.10 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 17. | Полдник | 15.20-15.25 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 15.25-15.30 |
| 19. | НОД | 15.30-16.00 |
| 20. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 16.00-16.10 |
| 21. | Прогулка | 16.10-17.10 |
| 22. | Самостоятельная деятельность (подготовка к ужину) | 17.10-17.20 |
| 23. | Ужин | 17.20-17.40 |
| 24. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 17.40-18.00 |
| 25. | Прогулка | 18.00-19.00 |
| 26. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

подготовительная к школе группа №3

с 6-7 лет

(среда)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-8.10 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 8.20-8.30 |
| 4. | Завтрак | 8.30-8.50 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.50-9.10 |
| 6. | НОД | 9.10-10.20 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.20-10.30 |
| 10. | Прогулка | 10.30-12.20 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 12.20-12.30 |
| 12. | Обед | 12.30-12.50 |
| 13. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.50-13.00 |
| 14. | Дневной сон | 13.00-15.00 |
| 15. | Подъем ,закаливание | 15.00-15.10 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.10-15.20 |
| 17. | Полдник | 15.20-15.25 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 15.25-15.30 |
| 19. | НОД | 15.30-16.00 |
| 20. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 16.00-16.10 |
| 21. | Прогулка | 16.10-17.10 |
| 22. | Самостоятельная деятельность (подготовка к ужину) | 17.10-17.20 |
| 23. | Ужин | 17.20-17.40 |
| 24. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 17.40-18.00 |
| 25. | Прогулка | 18.00-19.00 |
| 26. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №4

с 3-4 лет

(понедельник, четверг)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.45 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.45-7.52 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.52-8.05 |
| 4. | Завтрак | 8.05-8.25 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.25-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-9.15 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 9.15-9.30 |
| 8. | Прогулка | 9.30-11.30 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.30-11.50 |
| 10. | Обед | 11.50-12.15 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.15-12.25 |
| 12. | Дневной сон | 12.25-15.00 |
| 13. | Подъем, закаливание | 15.00-15.15 |
| 14. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.15-15.20 |
| 15. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОДу) | 15.30-15.45 |
| 17. | НОД | 15.45-16.00 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа,…) | 16.00-16.55 |
| 19. | Подготовка к ужину | 16.55-17.05 |
| 20. | Ужин | 17.05-17.25 |
| 21. | Самостоятельная деятельность | 17.25-17.35 |
| 22. | Прогулка | 17.35-19.00 |
| 23. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №4

с 3-4 лет

(пятница)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.45 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.45-7.52 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.52-8.05 |
| 4. | Завтрак | 8.05-8.25 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.25-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-9.15 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 9.15-9.45 |
| 8. | НОД | 9.45-10.00 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.00-10.10 |
| 10. | Прогулка | 10.10 -11.30 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.30-11.50 |
| 12. | Обед | 11.50-12.15 |
| 13. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.15-12.25 |
| 14. | Дневной сон | 12.25-15.00 |
| 15. | Подъем, закаливание | 15.00-15.15 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.15-15.20 |
| 17. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 15.30-15.45 |
| 19. | Прогулка | 15.45-16.45 |
| 20. | Самостоятельная деятельность (подготовка к ужину) | 16.45-17.05 |
| 21. | Ужин | 17.05-17.25 |
| 22. | Самостоятельная деятельность | 17.25-17.35 |
| 23. | Прогулка | 17.35-19.00 |
| 24. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №4

с 3-4 лет

(вторник)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.45 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.45-7.52 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.52-8.05 |
| 4. | Завтрак | 8.05-8.25 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.25-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-9.15 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 9.15-9.45 |
| 9. | НОД | 9.45-10.00 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 10.00-10.10 |
| 8. | Прогулка | 10.10-11.30 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.30-11.50 |
| 10. | Обед | 11.50-12.15 |
| 11. | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.15-12.25 |
| 12. | Дневной сон | 12.25-15.00 |
| 13. | Подъем, закаливание | 15.00-15.15 |
| 14. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.15-15.20 |
| 15. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 16. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОДу) | 15.30-15.45 |
| 17. | НОД | 15.45-16.00 |
| 18. | Самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа,…) | 16.00-16.55 |
| 19. | Подготовка к ужину | 16.55-17.05 |
| 20. | Ужин | 17.05-17.25 |
| 21. | Самостоятельная деятельность | 17.25-17.35 |
| 22. | Прогулка | 17.35-19.00 |
| 23. | Уход детей домой | 19.00 |

Режим дня

(холодный период года)

2 младшая группа №4

с 3-4 лет

(среда)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Приём детей, самостоятельная деятельность | 7.00-7.45 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 7.45-7.52 |
| 3. | Самостоятельная деятельность (подготовка к завтраку) | 7.52-8.05 |
| 4. | Завтрак | 8.05-8.25 |
| 5. | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОД) | 8.25-9.00 |
| 6. | НОД | 9.00-9.15 |
| 7. | Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 9.15-9.30 |
| 8. | Прогулка | 9.30-11.30 |
| 9. | Самостоятельная деятельность (возвращение с прогулки, подготовка к обеду) | 11.30-11.50 |
| 10. | Обед | 11.50-12.15 |
| 11 | Самостоятельная деятельность (подготовка ко сну) | 12.15-12.25 |
| 12. | Дневной сон | 12.25-15.00 |
| 13. | Подъем, закаливание | 15.00-15.15 |
| 14. | Самостоятельная деятельность (подготовка к полднику) | 15.15-15.20 |
| 15. | Полдник | 15.20-15.30 |
| 16 | Самостоятельная деятельность (подготовка к НОДу) | 15.30-16.10 |
| 17 | НОД | 16.10-16.25 |
| 18 | Самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа,…) | 16.25-16.55 |
| 19. | Подготовка к ужину | 16.55-17.05 |
| 20. | Ужин | 17.05-17.25 |
| 21. | Самостоятельная деятельность | 17.25-17.35 |
| 22. | Прогулка | 17.35-19.00 |
| 23. | Уход детей домой | 19.00 |