



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 106»
И.А. Банникова
Приказ №194 от 31.08.2023г

РЕЖИМ ДНЯ

Холодный период

Режимные моменты	Группа второго раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	07.00 - 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10	08.00 - 08.10	08.00 - 08.10	08.00 - 08.10	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.30	08.10 - 08.35	08.10 - 08.35	08.10 - 08.35	08.10 - 08.35
Игры, самостоятельная деятельность	08.30 - 09.00	08.35 - 09.00	08.35 - 09.00	08.35 - 09.00	08.35 - 09.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (общая длительность, включая перерывы)	09.00 - 09.30	09.00 - 09.40	09.00 - 09.50	09.00 - 10.50	09.00 - 10.10
Самостоятельная деятельность	09.30 - 10.00	09.40 - 10.00	09.50 - 10.00	10.10 - 10.20	10.10 - 10.20
2 завтрак	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.00 - 10.10	10.10 - 10.20	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 - 12.00	10.10 - 12.00	10.10 - 12.00	10.50 - 12.00	10.50 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15	15.00 - 15.15
Самостоятельная деятельность	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40
Организованная детская деятельность, игры,	15.40 - 16.15	15.40 - 16.20	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30