

Принята решением педсовета
от 30.08.2022г.
Протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ ЦРР –
д/с №21 «Колосок»
Н.И. Краснощекова
« _____ » _____ 2022г.

СВОДНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ на холодный период 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	2 – 3 лет	3 - 5 лет	5 - 7 лет
Утренний прием на свежем воздухе, осмотр детей, подвижные игры	7 ⁰⁰ - 7 ⁴⁰	7 ⁰⁰ - 8 ⁰⁰	07 ⁰⁰ - 08 ¹⁰
Утренняя гимнастика	7 ⁴⁰ - 7 ⁴⁵	8 ⁰⁰ - 8 ⁰⁷	08 ¹⁰ - 08 ²⁰
Подготовка к завтраку, завтрак	7 ⁴⁵ - 8 ²⁰	8 ⁰⁷ - 8 ⁴⁰	08 ²⁰ - 08 ⁴⁵
КГН, дидактические игры, самостоятельная деятельность	8 ¹⁵ - 9 ¹⁵	8 ⁴⁰ - 9 ²⁰	08 ⁴⁵ - 09 ⁰⁰
Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе	09 ¹⁵ - 09 ⁴⁵	9 ²⁰ - 10 ⁰⁵	09 ⁰⁰ - 10 ¹⁰
Совместная и самостоятельная деятельность	09 ⁴⁵ - 10 ⁰⁰		10 ²⁰ - 10 ⁵⁰
КГН, II-ой завтрак	10 ⁰⁰ - 10 ¹⁵	10 ⁰⁵ - 10 ²⁵	10 ¹⁰ - 10 ²⁰
Подготовка к прогулке	10 ¹⁵ - 10 ³⁰	10 ²⁵ - 10 ⁴⁰	10 ⁵⁰ - 11 ⁰⁰
Прогулка (наблюдения, игры-занятия, труд, экспериментирование, самостоятельная двигательная деятельность)	10 ³⁰ - 11 ²⁰	10 ⁴⁰ - 11 ⁵⁰	11 ⁰⁰ - 12 ¹⁵
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры перед едой	11 ²⁰ - 11 ³⁵	11 ⁵⁰ - 12 ¹⁰	12 ¹⁵ - 12 ³⁰
Обед	11 ³⁵ - 12 ⁰⁰	12 ¹⁰ - 12 ⁴⁰	12 ³⁰ - 13 ⁰⁰
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12 ⁰⁰ - 12 ¹⁵	12 ⁴⁰ - 13 ⁰⁰	13 ⁰⁰ - 13 ¹⁰
Дневной сон	12 ¹⁵ - 15 ⁰⁰	13 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	13 ¹⁰ - 15 ⁰⁰
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушно-водные процедуры	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	15 ¹⁰ - 15 ²⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰
Гигиенические процедуры, уплотненный полдник	15 ¹⁵ - 15 ³⁵	15 ²⁰ - 15 ³⁵	15 ¹⁰ - 15 ³⁰
КГН, самостоятельная деятельность	15 ³⁵ - 16 ⁰⁰	15 ³⁵ - 16 ⁰⁰	
Совместная деятельность, самостоятельная деятельность с детьми, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе	16 ⁰⁰ - 16 ³⁰	16 ⁰⁰ - 16 ³⁰	15 ³⁰ - 16 ⁰⁰
Прогулка. Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16 ³⁰ - 17 ³⁰	16 ³⁰ - 17 ³⁰	16 ³⁰ - 17 ³⁰

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ЦРР -
д/с № 21 «Колосок»
_____Н.И. Краснощекова

СВОДНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ на теплый период «Лето – 2023»

Режимные моменты	2 – 3 лет	3 - 5 лет	5 - 7 лет
Утренний прием на свежем воздухе, осмотр детей, подвижные игры	7 ⁰⁰ - 7 ⁴⁰	7 ⁰⁰ - 8 ⁰⁰	07 ⁰⁰ - 08 ¹⁰
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	7 ⁴⁰ - 7 ⁴⁵	8 ⁰⁰ - 8 ⁰⁷	08 ¹⁰ - 08 ²⁰
Подготовка к завтраку, завтрак	7 ⁴⁵ - 8 ¹⁵	8 ⁰⁷ - 8 ³⁵	08 ²⁰ - 08 ⁴⁵
КГН, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8 ¹⁵ - 8 ³⁵	8 ³⁵ - 9 ⁰⁰	08 ⁴⁵ - 09 ⁰⁰
КГН, II-ой завтрак	10 ⁰⁰ - 10 ¹⁵	10 ⁰⁵ - 10 ²⁵	10 ¹⁰ - 10 ²⁰
КГН, подготовка к прогулке	10 ¹⁵ - 10 ³⁰	10 ²⁵ - 10 ⁴⁰	10 ²⁰ - 10 ³⁰
Прогулка (наблюдения, игры-занятия, труд, экспериментирование, самостоятельная двигательная деятельность)солнечные процедуры.	10 ³⁰ - 11 ³⁰	10 ⁴⁰ - 12 ⁰⁰	10 ³⁰ - 12 ¹⁵
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры перед едой	11 ³⁰ - 11 ⁵⁰	12 ⁰⁰ - 12 ²⁰	12 ¹⁵ - 12 ³⁰
Обед	11 ⁵⁰ - 12 ⁰⁵	12 ²⁰ - 12 ⁴⁰	12 ³⁰ - 12 ⁵⁰
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12 ⁰⁵ - 12 ²⁰	12 ⁴⁰ - 13 ⁰⁰	12 ⁵⁰ - 13 ¹⁰
Сон	12 ²⁰ - 15 ⁰⁰	13 ⁰⁰ - 15 ¹⁰	13 ¹⁰ - 15 ⁰⁰
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушно-водные процедуры	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁵	15 ¹⁰ - 15 ²⁰	15 ⁰⁰ - 15 ¹⁰
Гигиенические процедуры, уплотненный полдник	15 ¹⁵ - 15 ³⁵	15 ²⁰ - 15 ⁴⁰	15 ¹⁰ - 15 ³⁰
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке.	15 ³⁵ - 16 ⁰⁰	15 ⁴⁰ - 16 ⁰⁰	15 ³⁰ - 16 ⁰⁰
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰