



**Режим дня
обучающихся МДОУ
«Детский сад №125»
в холодный период
времени**

(сентябрь – май)

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**Ранний возраст (1,5 – 3 года)**

Время	Режимные моменты	Содержание
7.00–8.00	«Здравствуй, детский сад!» «Мы играем, мы играем...» Индивидуальная работа	<ul style="list-style-type: none"> • Приём детей, осмотр. • Игровая деятельность детей. • Беседы с детьми.
8.00–8.10	«Бодрость на весь день...»	<ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика.
8.10–8.40	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к завтраку. Воспитание культурно-гигиенических навыков. • Завтрак. Обучение навыкам культуры поведения за столом.
8.40–9.00	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Спокойные игры. • Подготовка к игровым минуткам.
9.00–9.20	Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая деятельность детей: творческие, дидактические игры. Общение. • Образовательная деятельность по подгруппам
9.20–10.05	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая деятельность по интересам. • Подготовка ко второму завтраку. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
10.05–10.15	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Второй завтрак. Обучение навыкам культуры поведения за столом.
10.15–10.30	«Учимся одеваться»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке.
10.30–11.45	Прогулка	<ul style="list-style-type: none"> • Воздушные ванны. • Наблюдения. • Трудовая деятельность. • Подвижные игры.
11.45–12.00	«Учимся раздеваться» «Моем с мылом чисто-чисто...»	<ul style="list-style-type: none"> • Возвращение с прогулки. • Подготовка к обеду. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.00–12.30	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Обед. Обучение навыкам самообслуживания.
12.30–15.30	«Тихо, тихо, сон идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко сну. Обучение навыкам раздевания и одевания. • Сон. Создание благоприятной обстановки с использованием сказко - и музыкотерапии.
15.30–15.40	«Будем здоровы!!!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подъём. • Закаливающие процедуры: воздушные ванны, гимнастика после сна, босо хождение.
15.40–15.50	Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Ознакомление детей с окружающим миром. Художественно-эстетическая деятельность. • Чтение художественной литературы.
15.50–16.20	«Да здравствует мыло душистое...» «Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к уплотненному полднику. Воспитание культурно-гигиенических навыков. • Уплотненный полдник.
16.20–16.50	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Спокойные игры. • Индивидуальная работа
16.50–19.00	Прогулка «До свидания, детский сад!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке • Обучение навыкам одевания и раздевания. • Свободные игры. Работа с родителями.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД*Дошкольный возраст (3–4 года)*

Время	Режимные моменты	Содержание
07.00–8.00	«Здравствуй, детский сад!» «Мы играем, мы играем...» Индивидуальная работа	<ul style="list-style-type: none"> • Приём детей, осмотр. • Игровая деятельность детей. • Беседы с детьми.
8.00–8.10	«Бодрость на весь день...»	<ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика.
8.10–8.40	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к завтраку. Воспитание культурно-гигиенических навыков. • Завтрак. Обучение навыкам культуры поведения за столом.
8.40–9.00	Организация совместной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к игровым минуткам. • Индивидуальная работа • Спокойные игры
9.00–9.30	Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая деятельность детей: творческие, дидактические игры. Общение. • Образовательная деятельность по подгруппам
9.30–10.05	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игры по интересам. • Подготовка ко второму завтраку. Воспитание культурно-гигиенических навыков
10.05–10.15	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Второй завтрак. Обучение навыкам культуры поведения за столом.
10.15–10.30	«Учимся одеваться»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке.
10.30–11.50	Прогулка	<ul style="list-style-type: none"> • Воздушные ванны. • Наблюдения. • Трудовая деятельность. • Подвижные игры.
11.50–12.05	«Учимся раздеваться» «Моем с мылом чисто-чисто...»	<ul style="list-style-type: none"> • Возвращение с прогулки. • Подготовка к обеду. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.05–12.30	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Обед. Обучение навыкам самообслуживания.
12.30–15.20	«Тихо, тихо, сон идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко сну. Обучение навыкам раздевания и одевания. • Сон. Создание благоприятной обстановки с использованием сказко- и музыкотерапии.
15.20–15.30	«Будем здоровы!!!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подъём. • Закаливающие процедуры: воздушные ванны, гимнастика после сна, босо хождение.
15.30–15.45	Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Ознакомление детей с окружающим миром. Художественно-эстетическая деятельность. • Чтение художественной литературы.
15.45–16.05	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Спокойные игры. • Индивидуальная работа
16.05–16.35	«Да здравствует мыло душистое...» «Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к уплотненному полднику. Воспитание культурно-гигиенических навыков. • Уплотненный полдник.
16.35–17.00	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Спокойные игры. • Индивидуальная работа
17.00–19.00	Прогулка «До свидания, детский сад!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке • Обучение навыкам одевания и раздевания. • Свободные игры. Работа с родителями.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**Дошкольный возраст (4–5 лет)**

Время	Режимные моменты	Содержание
7.00–8.10	«Здравствуй, детский сад!» Родительские минутки Самостоятельная деятельность Индивидуальная работа	<ul style="list-style-type: none"> • Приём детей на улице, осмотр. • Информационный блок. • Игры по интересам. • Беседы с детьми.
8.10–8.20	«Бодрость на весь день...»	<ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика.
8.20–8.50	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков. • Организация дежурства. • Завтрак. Закрепление детьми навыков культуры поведения за столом.
8.50–9.40	Организация совместной деятельности Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к игровым минуткам. • Совместно организованная деятельность с детьми по подгруппам. • Игровая деятельность детей: творческие, игры-экспериментирования с разными материалами, дидактические игры.
9.40–10.15	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая деятельность по интересам.
10.15–10.25	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко второму завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков. • Второй завтрак. Воспитание культуры еды.
10.25–12.05	Подготовка к прогулке Прогулка	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепление навыков самообслуживания и бережного отношения к вещам. • Физкультурно-оздоровительная работа. • Наблюдения. • Трудовая деятельность. • Подвижные игры.
12.05–12.20	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто-чисто...»	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепление навыков самообслуживания. • Подготовка к обеду. Закрепление культурно-гигиенических навыков. Организация дежурства.
12.20–12.50	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Обед.
12.50–15.20	«Тихо, тихо, сон идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко сну. Воспитание в ребёнке аккуратности и вежливости. • Сон. Создание благоприятной обстановки с использованием сказко- и музыкотерапии.
15.20–15.30	«Будем здоровы!!!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подъём. Закаливающие процедуры: воздушные ванны, гимнастика после сна, босо хождение.
15.30–15.45	Комплексная деятельность (совместная и самостоятельная деятельность)	<ul style="list-style-type: none"> • Основы безопасности жизнедеятельности. • Ознакомление с художественной литературой. • Игры по интересам.
15.45–16.15	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Дидактические игры. • Спокойные игры • Индивидуальная работа
16.15–16.25	«Да здравствует мыло душистое...»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к уплотненному полднику. Закрепление культурно-гигиенических навыков.
16.25–16.50	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Уплотненный полдник.
16.50–19.00	Прогулка «До свидания, детский сад!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке • Закрепление навыков самообслуживания. • Свободные игры. Работа с родителями.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**Дошкольный возраст (5–6 лет)**

Время	Режимные моменты	Содержание
07.00–8.15	«Здравствуй, детский сад!» «Мы играем, мы играем...» Индивидуальная работа	<ul style="list-style-type: none"> • Приём детей на улице, осмотр. • Игровая деятельность детей. • Беседы с детьми.
8.15–8.25	«Бодрость на весь день...»	<ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика.
8.25–8.50	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков. • Организация дежурства. • Завтрак. Закрепление детьми навыков культуры поведения за столом.
8.50–9.50	Организация совместной деятельности Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к игровым минуткам. • Совместно организованная деятельность по подгруппам • Игровая деятельность детей: творческие (сюжетно-ролевые, театрально-игровая деятельность), дидактические игры. Общение.
9.50–10.20	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Игры по интересам.
10.20–10.40	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко второму завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков. • Второй завтрак. Воспитание культуры еды.
10.40–12.20	Подготовка к прогулке Прогулка	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепление навыков самообслуживания и бережного отношения к вещам. • Воздушные ванны. • Наблюдения. • Трудовая деятельность. • Подвижные игры.
12.20–12.35	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто-чисто...»	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепление навыков самообслуживания. • Подготовка к обеду. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.35–13.00	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Обед. Обучение навыкам самообслуживания.
13.00–15.20	«Тихо, тихо, сон идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка ко сну. Воспитание в ребёнке аккуратности и вежливости. • Сон. Создание благоприятной обстановки с использованием сказко- и музыкотерапии.
15.20–15.30	«Будем здоровы!!!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подъём. Закаливающие процедуры: воздушные ванны, гимнастика после сна, босо хождение.
15.30–15.55	Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к совместной деятельности • Основы безопасности жизнедеятельности. • Ознакомление с художественной литературой. • Игры по интересам.
15.55–16.30	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • Дидактические игры.
16.30–17.00	«Да здравствует мыло душистое...» «Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к уплотненному полднику. • Закрепление культурно-гигиенических навыков. • Уплотненный полдник.
17.00–19.00	Прогулка «До свидания, детский сад!»	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к прогулке • Закрепление навыков самообслуживания. • Свободные игры. Работа с родителями.

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Дошкольный возраст (6–7 лет)

Время	Режимные моменты	Содержание
07.00–8.20	«Здравствуй, детский сад!» Родительские минутки Самостоятельная деятельность Индивидуальная работа	<ul style="list-style-type: none">• Приём детей на улице, осмотр.• Информационный блок.• Игры по интересам.• Беседы с детьми.
8.20–8.30	«Бодрость на весь день...»	<ul style="list-style-type: none">• Утренняя гимнастика.
8.30–9.00	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка к завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков.• Организация дежурства.• Завтрак. Закрепление детьми навыков культуры поведения за столом.
9.00–10.05	Организация совместной деятельности Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка к игровым минуткам.• Совместно организованная деятельность по подгруппам• Игровая деятельность детей:• творческие, игры-экспериментирования с разными материалами, речевые и интеллектуальные игры.
10.05–10.25	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none">• Игровая деятельность по интересам.
10.25 – 10.40	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка ко второму завтраку. Закрепление культурно-гигиенических навыков.• Второй завтрак. Воспитание культуры еды.
10.40–12.30	Подготовка к прогулке Прогулка	<ul style="list-style-type: none">• Закрепление навыков самообслуживания и бережного отношения к вещам.• Физкультурно-оздоровительная работа.• Наблюдения.• Трудовая деятельность.• Подвижные игры.
12.30–12.50	Возвращение с прогулки «Моем с мылом чисто-чисто...»	<ul style="list-style-type: none">• Закрепление навыков самообслуживания.• Подготовка к обеду. Закрепление культурно-гигиенических навыков. Организация дежурства.
12.50–13.10	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none">• Обед.
13.10–15.20	«Тихо, тихо, сон идёт...»	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка ко сну. Воспитание в ребёнке аккуратности и вежливости.• Сон. Создание благоприятной обстановки с использованием сказко - и музыкотерапии.
15.20–15.30	«Будем здоровы!!!»	<ul style="list-style-type: none">• Подъём. Закаливающие процедуры: воздушные ванны, гимнастика после сна, босохождение.
15.30–16.00	Комплексная деятельность (совместная и самостоятельная деятельность)	<ul style="list-style-type: none">• Основы безопасности жизнедеятельности.• Ознакомление с художественной литературой.• Игры по интересам.
16.00–16.40	Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none">• Дидактические игры.
16.40–16.50	«Да здравствует мыло душистое...»	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка к уплотненному полднику. Закрепление культурно-гигиенических навыков.
16.50–17.15	«Приятного аппетита!»	<ul style="list-style-type: none">• Уплотненный полдник.
17.15–19.00	Прогулка «До свидания, детский сад!»	<ul style="list-style-type: none">• Подготовка к прогулке• Закрепление навыков самообслуживания.• Свободные игры. Работа с родителями.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ «Детский сад №125»

_____/Потапова Н.А./



**Режим дня
обучающихся МДОУ
«Детский сад №125»
в летний
оздоровительный
период**

(июнь-август)

РЕЖИМ ДНЯ НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Режимные моменты	Ранний возраст (1,5-3 года)	Дошкольный возраст (3-4 года)	Дошкольный возраст (4-5 лет)	Дошкольный возраст (5-6 лет)	Дошкольный возраст (6-7 лет)
«Здравствуй, детский сад!» Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Утренняя гимнастика.	7.00- 8.10	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
«Умывайся, не ленись – чистым завтракать садись!» Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.10-8.40	8.10-8.40	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка ко второму завтраку.	8.40-9.20	8.40-9.20	8.50-9.25	8.50-9.25	8.50-9.25
«Приятного аппетита!» - Второй завтрак. Воспитание культуры еды. - Подготовка к прогулке.	9.20-9.40	9.20-9.40	9.25-9.40	9.25-9.40	9.25-9.40
Прогулка: - организованная деятельность на участке; - солнечные и воздушные ванны; - наблюдения в природе; - игры с песком и водой; - подвижные игры; - трудовая деятельность.	9.40-11.10	9.40-11.15	9.40-11.25	9.40-11.50	9.40-12.00
«Моем с мылом чисто-чисто...» Возвращение с прогулки. Водные процедуры.	11.10-11.30	11.15-11.40	11.25-11.50	11.50-12.00	12.00-12.10
«Это время - для обеда, значит, нам за стол пора» Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00	11.40-12.10	11.50-12.15	12.00-12.25	12.10-12.50
«Это - время тишины, все мы крепко спать должны» Подготовка ко сну. Дневной сон (при открытых окнах).	12.00-15.00	12.10-15.00	12.15-15.00	12.25-15.00	12.50-15.00
«Это время – для здоровья. Закаляйся, детвора!» Постепенный подъём. Водные и воздушные закаливающие процедуры.	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.25	15.00-15.20	15.00-15.20
«Приятного аппетита!» Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-15.50	15.30-15.50	15.25-15.40	15.20-15.35	15.20-15.35
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке. Прогулка.	15.50-16.30 <i>(игры, самостоятельная деятельность в группе)</i>	15.50-16.40	15.40-16.50	15.35-17.00	15.35-17.05
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30-17.00	16.40-17.10	16.50-17.20	17.00-17.25	17.05-17.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. «До свидания, детский сад!»	17.00-19.00	17.10-19.00	17.20-19.00	17.25-19.00	17.30-19.00