

**Сводный режим дня для детей с 2 до 8 лет МБДОУ детский сад №168
на холодный период года.**

	ранний возраст	младшая	средняя	старшая	подготовит
Дома					
Подъем, утренний туалет	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
В детском саду					
Прием детей, самостоятельная деятельность, учебные занятия (образовательная деятельность в процессе режимных моментов), подготовка к утренней гимнастике	7.00- 7.50	7.00- 7.40	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.40-7.50	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.40	8.10-8.45	8.15-8.45	8.20-8.45	8.25-8.45
Игры, подготовка к учебным занятиям (непрерывной образовательной деятельности)	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
Учебные занятия непосредственно - образовательная деятельность (в соответствии с графиком, перерыв между образовательной нагрузкой 10 мин).	08.55 -09.15	9.00-9.45	09.00-09.55	9.00-10.00	9.00-11.00
Второй завтрак	9.30-9.40	9.50- 10.00	9.55-10.05	10.00-10.10	10.05-10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 - 11.35 1под-11.25 2под-11.35	10.10-11.50 1 под-11.40 2под-11.50	10.20-12.00 1 под 11.50 2 под-12.00	10.40-12.10 1 под 12.00 2 под-12.10	11.10-12.20 1под-12.10 2.под-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	11.35-11.50	11.35-11.50	12.00- 12.10	12.10- 12.20	12.20-12.30
Обед	11.50-12.30	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.30-13.00
Дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем детей, гимнастика после сна закаливающие мероприятия, полдник	15.00-15.15	15 05-15 15	15 00-15 15	15 00-15 15	15 00-15 15
Учебные занятия (образовательная деятельность, самостоятельная деятельность)	15.15-15.40	15.15-16.10	15.15-16.15	15.15-16.15	15.15-16.20
Подготовка к ужину, ужин. образовательная деятельность в процессе режимных моментов Подготовка к прогулке	16.05-17.00	16.15-17.00	16.20-17.00	16.25-17.00	16.30-17.00
Прогулка	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00
Дома:					
Возвращение с прогулки, спокойные игры	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Легкий ужин	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30
Чтение художественной литературы	20.30-20.45	20.30-20.45	20.30-20.45	20.30-20.45	20.30-20.45
Гигиенические процедуры	20.45-21.00	20.45-21.00	20.45-21.00	20.45-21.00	20.45-21.00
Ночной сон	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30