

Режим дня в МБДОУ «Детский сад № 99» (холодный период)

№	Режимные моменты	Подготовительная группа 10,5 ч. (7.00-17.30)	
		7.00- 8.00	
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, дежурства, индивидуальная работа)	7.00- 8.00	
2.	Утренняя гимнастика по графику	8.00-8.10 (10 мин.)	
3.	Подготовка к завтраку	8.10-8.20	
4.	Завтрак	8.20-8.35	
4.	Самостоятельная деятельность, подготовка к ОУД	8.35-8.50	
5.	Основная образовательная деятельность	8.50-9.20	11.45-12.15
		9.30-10.00	(пятница)
		10.15-10.45	
6.	Второй завтрак	10.00-10.10	9.25-9.30 (пятница)
7.	Подготовка к прогулке Прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	10.45-10.55	9.30-9.50
		10.55-12.15	9.50-11.45
		(1ч. 20 мин.)	(1ч. 20 мин.) (пятница)
8.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.15-12.35	
9.	Обед	12.35-12.55	
10.	Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.55-13.00	
		13.00-15.00 (2ч. 00мин.)	
11.	Постепенный подъем, самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику.	15.00-15.15	
12.	Полдник.	15.15-15.35	
13.	ОУД/ Совместная деятельность с воспитателем.	-	
14.	Игры и труд. Самостоятельная и организованная детская деятельность.	15.35-15.40	
15.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	15.40-15.50	
		15.50-17.30 (1ч. 40 мин.)	
	Уход домой.		
	Общее время прогулки. Норма: 3-4 ч.	3 ч.	
	Время дневного сна. Норма: 2-2,5 часа	2 ч. 00мин.	
	Время непрерывного бодрствования детей (до дневного сна). Норма: 5,5 – 6 ч.	6 ч.	
	Режим дня составлен с учетом СанПиН 2.4.1.3049-13 (раздел XI п.11.5, п.6, п.11.7, п.11.9, раздел XII п.12.4, п.12.5.)		

Режим дня в МБДОУ «Детский сад № 99» (холодный период).

№	Режимные моменты	Средняя группа 0,5 ч. (7.00-17.30)
1.	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, дежурства, индивидуальная работа)	7.00-7.40
2.	Утренняя гимнастика по графику	7.40-7.48 (8 мин.)
3.	Подготовка к завтраку Завтрак	7.48-7.55 7.55-8.15
4.	Самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.15-8.40
5.	Основная образовательная деятельность.	8.40-9.00 9.10-9.30
6.	Второй завтрак	9.30-9.40
7.	Подготовка к прогулке Прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	9.40-9.55 9.55-11.40 (1 ч. 45 мин.)
8.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	11.40-12.00
9.	Обед	12.00-12.20
10.	Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.20-12.30 12.30-14.50 (2 ч. 20 мин.)
11.	Постепенный подъем, самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику.	14.50-15.10
12.	Полдник.	15.10-15.30
13.	О/Д/ Совместная деятельность с воспитателем.	-
14.	Игры и труд. Самостоятельная и организованная детская деятельность.	15.30-16.10
15.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, самостоятельная деятельность) Уход домой.	16.10-16.15 16.15 – 17.30 (1 ч. 15 мин.)
Общее время прогулки. Норма: 3-4 ч.		3 ч.
Время дневного сна. Норма: 2-2,5 часа		2 ч. 20 мин.
Время непрерывного бодрствования детей (до дневного сна). Норма: 5,5 – 6 ч.		5,5 ч.
Режим дня составлен с учетом СанПин 2.4.1.3049-13 (раздел XI п.11.5, п.6, п.11.7, п.11.9, раздел XII п.12.4, п.12.5.)		