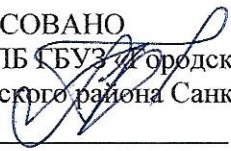


**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 8 комбинированного вида Московского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТО**

Решением педагогического совета  
ГБДОУ детский сад № 8  
комбинированного вида  
Московского района Санкт-Петербурга  
Протокол №1 от 28.08.2020

**СОГЛАСОВАНО**

Врач СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №35»  
Московского района Санкт-Петербурга  
  
\_\_\_\_\_ Попова Е.В.

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ГБДОУ детский сад № 8  
комбинированного вида  
Московского района Санкт-Петербурга  
приказ от 28.08.2020 № 15



\_\_\_\_\_ Л.А.Романенко

**РЕЖИМЫ ДНЯ**

**на 2020 – 2021 учебный год**

*Режимы разработаны в соответствии  
с СанПин 2.4.1.3049-13*

Санкт-Петербург

2020 г.

**Режим дня на холодный период года для детей  
раннего дошкольного возраста (с 1,6 до 2 лет)  
группы общеразвивающей направленности**

| Режимные моменты                                                                                | Режим<br>(хорошая<br>погода) | Гибкий режим<br>(плохая погода)                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Прием, осмотр детей                                                                             | 7.00 - 8.00                  | 7.00 - 8.00                                                                                                                                                         |
| Наблюдения, самостоятельная игровая деятельность детей.<br>Утренняя гимнастика                  | 8.00 - 8.20                  | 8.00 - 8.20                                                                                                                                                         |
| Подготовка к завтраку, умывание.                                                                | 8.20 - 8.30                  | 8.20 - 8.30                                                                                                                                                         |
| Завтрак                                                                                         | 8.30 - 9.00                  | 8.30 - 9.00                                                                                                                                                         |
| Непосредственно образовательная деятельность.                                                   |                              |                                                                                                                                                                     |
| 1 ПОДГРУППА                                                                                     | 9.00 - 9.08                  | 9.00 - 9.08                                                                                                                                                         |
| 2 ПОДГРУППА                                                                                     | 9.13 - 9.21                  | 9.13 - 9.21                                                                                                                                                         |
| Совместная игровая деятельность, индивидуальная работа                                          | 9.21 - 10.00                 | 9.21 - 10.00                                                                                                                                                        |
| Второй завтрак                                                                                  | 10.00 - 10.10                | 10.00 - 10.10                                                                                                                                                       |
| Подготовка к прогулке, прогулка.                                                                | 10.10 - 11.35                | 10.10 - 12.00<br><b>В помещении:</b><br>Творческие игры,<br>подвижные игры, игры-<br>забавы, деятельность<br>детей по интересам<br>Умывание. Подготовка к<br>обеду. |
| Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.                                                | 11.35 - 12.00                |                                                                                                                                                                     |
| Подготовка к обеду. Обед                                                                        | 12.00 - 12.30                | 12.00 - 12.30                                                                                                                                                       |
| Подготовка к дневному сну (хождение по дорожкам здоровья,<br>воздушные процедуры). Дневной сон. | 12.30 - 15.30                | 12.30 - 15.30                                                                                                                                                       |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, воздушные<br>процедуры.                                | 15.30 - 16.00                | 15.30 - 16.00                                                                                                                                                       |
| Подготовка к полднику. Полдник                                                                  | 16.00 - 16.20                | 16.00 - 16.20                                                                                                                                                       |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                        | 16.20 - 16.30                | 16.20 - 16.30                                                                                                                                                       |
| Непосредственно образовательная деятельность.                                                   |                              |                                                                                                                                                                     |
| 1 ПОДГРУППА                                                                                     | 16.30 - 16.38                | 16.30 - 16.38                                                                                                                                                       |
| 2 ПОДГРУППА                                                                                     | 16.42 - 16.50                | 16.42 - 16.50                                                                                                                                                       |
| Индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность<br>детей.                           | 16.50 - 17. 00               | 16.50 - 19.00<br><b>В помещении:</b><br>Творческие игры,<br>подвижные игры, игры-<br>забавы, деятельность<br>детей по интересам.<br>Уход детей домой.               |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.                                              | 17.00 - 18.35                |                                                                                                                                                                     |
| Возвращение с прогулки. Игры. Уход детей домой                                                  | 18.35 - 19.00                |                                                                                                                                                                     |

**Режим дня на холодный период года для детей  
раннего дошкольного возраста (2-3 года)  
группы общеразвивающей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                                          | Режим<br>(хорошая погода) | Гибкий<br>(плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Щадящий режим<br>(по назначению<br>врача)               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр,<br>индивидуальное общение<br>воспитателя с детьми,<br>самостоятельная деятельность                                                                | 7.00-8.00                 | 7.00-8.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 7.00-8.00                                               |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                       | 8.00-8.10                 | 8.00-8.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 8.00-8.10                                               |
| Подготовка к завтраку, умывание<br>завтрак                                                                                                                                | 8.15-9.00                 | 8.15-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 8.15-9.00                                               |
| Непрерывная образовательная<br>деятельность: образовательные<br>ситуации (общая длительность,<br>включая перерыв)                                                         | 9.00-9.10<br>9.20-9.30    | 9.00-9.10<br>9.20-9.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 9.00-9.10<br>9.20-9.30                                  |
| Подготовка ко второму<br>завтраку, второй завтрак                                                                                                                         | 9.30-9.40                 | 9.30-9.40                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 9.30-9.40                                               |
| Самостоятельная деятельность<br>детей, подготовка к прогулке,<br>прогулка                                                                                                 | 9.40-11.40                | <b>9.40-12.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодетельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей<br>*проветривание групповых<br>помещений не менее 10<br>минут каждые 1,5 часа | 9.40-11.25<br>*без бега                                 |
| Возвращение с прогулки,<br>гигиенические процедуры                                                                                                                        | 11.40-12.00               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 11.25-12.00<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                                  | 12.00-12.30               | 12.00-12.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 12.00-12.30                                             |
| Подготовка ко сну, дневной<br>сон                                                                                                                                         | 12.30-15.30               | 12.30-15.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 12.30-15.30                                             |
| Постепенный подъем,<br>пробуждающая гимнастика<br>после сна, воздушные процедуры                                                                                          | 15.30-15.50               | 15.30-15.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 15.30-15.50                                             |
| Подготовка к полднику,<br>полдник                                                                                                                                         | 15.50-16.10               | 15.50-16.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 15.50-16.10                                             |
| НОД, игры, досуги, общение по<br>интересам, театрализация,<br>кукольный театр, инсценировки с<br>игрушками, выбор<br>самостоятельной деятельности в<br>центрах активности | 16.10-16.50               | 16.10-16.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 16.10-16.50                                             |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка, игры, уход домой                                                                                                                      | 16.50-19.00               | <b>16.50-19.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодетельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей                                                                              | 16.50-19.00                                             |

**Режим дня на холодный период года для  
детей в младшей группе (3-4 года)  
компенсирующей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                                          | Режим<br>(хорошая погода) | Гибкий<br>(плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Щадящий режим<br>(по назначению<br>врача)               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр, игры,<br>индивидуальное общение<br>воспитателя с детьми,<br>самостоятельная деятельность                                                          | 8.00-8.20                 | 8.00-8.20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 8.00-8.20                                               |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                       | 8.20-8.30                 | 8.20-8.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 8.20-8.30                                               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                                            | 8.30-9.00                 | 8.30-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 8.30-9.00                                               |
| Непрерывная образовательная<br>деятельность: образовательные<br>ситуации (общая длительность,<br>включая перерыв)                                                         | 9.00-9.15<br>9.25-9.40    | 9.00-9.15<br>9.25-9.40                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 9.00-9.15<br>9.25-9.40                                  |
| Подготовка ко второму<br>завтраку, второй завтрак                                                                                                                         | 9.40-10.00                | 9.40-10.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 9.40-10.00                                              |
| Самостоятельная деятельность<br>детей, подготовка к прогулке,<br>прогулка                                                                                                 | 10.00-11.50               | <b>10.00-12.05</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодетельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей<br>*проветривание групповых<br>помещений не менее 10<br>минут каждые 1,5 часа | 10.00-11.40<br>*без бега                                |
| Возвращение с прогулки,<br>гигиенические процедуры                                                                                                                        | 11.50-12.05               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 11.40-12.05<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                                  | 12.05-12.35               | 12.05-12.35                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 12.05-12.35                                             |
| Подготовка ко сну, дневной<br>сон                                                                                                                                         | 12.35-15.00               | 12.35-15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 12.35-15.20                                             |
| Постепенный подъем,<br>пробуждающая гимнастика<br>после сна, воздушные<br>процедуры                                                                                       | 15.00-15.25               | 15.00-15.25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15.20-15.30                                             |
| Подготовка к полднику,<br>полдник                                                                                                                                         | 15.25-15.55               | 15.25-15.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15.30-15.55                                             |
| НОД, игры, досуги, общение по<br>интересам, театрализация,<br>кукольный театр, инсценировки<br>с игрушками, выбор<br>самостоятельной деятельности в<br>центрах активности | 15.55-16.40               | 15.55-16.40                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15.55-16.40                                             |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка, игры, уход домой                                                                                                                      | 16.40-18.00               | <b>16.40-18.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодетельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей                                                                               | 16.40-18.00                                             |

**Режим дня на холодный период года  
для детей в средней группе (4-5 лет)  
компенсирующей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                                          | Режим<br>(хорошая погода) | Гибкий<br>(плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Щадящий режим<br>(по назначению<br>врача)               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр, игры,<br>индивидуальное общение<br>воспитателя с детьми,<br>самостоятельная деятельность                                                          | 8.00-8.20                 | 8.00-8.20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.00-8.20                                               |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                       | 8.20-8.30                 | 8.20-8.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.20-8.30                                               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                                            | 8.30-9.00                 | 8.30-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.30-9.00                                               |
| Непрерывная образовательная<br>деятельность: образовательные<br>ситуации (общая длительность,<br>включая перерыв)                                                         | 9.00-9.20<br>9.30-9.50    | 9.00-9.20<br>9.30-9.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 9.00-9.20<br>9.30-9.50                                  |
| Подготовка ко второму<br>завтраку, второй завтрак                                                                                                                         | 9.50-10.00                | 9.50-10.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 9.50-10.00                                              |
| Самостоятельная деятельность<br>детей, подготовка к прогулке,<br>прогулка                                                                                                 | 10.00-12.00               | <b>10.00-12.15</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодеятельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей<br>*проветривание групповых<br>помещений не менее 10<br>минут каждые 1,5 часа | 10.00-11.55<br>*без бега                                |
| Возвращение с прогулки,<br>гигиенические процедуры                                                                                                                        | 12.00-12.15               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 11.55-12.15<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                                  | 12.15-12.50               | 12.15-12.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 12.15-12.50                                             |
| Закаливающие мероприятия,<br>релаксирующая гимнастика<br>перед сном                                                                                                       | 12.50-13.00               | 12.50-13.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 12.50-13.00                                             |
| Подготовка ко сну, дневной<br>сон                                                                                                                                         | 13.00-15.00               | 13.00-15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 13.00-15.00                                             |
| Постепенный подъем,<br>пробуждающая гимнастика<br>после сна, воздушные процедуры                                                                                          | 15.00-15.30               | 15.00-15.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.10-15.30                                             |
| Подготовка к полднику,<br>полдник                                                                                                                                         | 15.30-15.50               | 15.30-15.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.30-15.50                                             |
| НОД, игры, досуги, общение по<br>интересам, театрализация,<br>кукольный театр, инсценировки с<br>игрушками, выбор<br>самостоятельной деятельности в<br>центрах активности | 15.50-16.50               | 15.50-16.50                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.55-16.50                                             |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка, игры, уход домой                                                                                                                      | 16.50-18.00               | <b>16.50-18.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодеятельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей                                                                               | 16.50-18.00                                             |

**Режим дня на холодный период года  
для детей в старшей группе (5-6 лет)  
компенсирующей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                                          | Режим<br>(хорошая погода)              | Гибкий<br>(плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Щадящий режим<br>(по назначению<br>врача)               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр, игры,<br>индивидуальное общение<br>воспитателя с детьми,<br>самостоятельная деятельность                                                          | 8.00-8.20                              | 8.00-8.20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.00-8.20                                               |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                       | 8.20-8.30                              | 8.20-8.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.20-8.30                                               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                                            | 8.30-9.00                              | 8.30-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8.30-9.00                                               |
| Непрерывная образовательная<br>деятельность: образовательные<br>ситуации (общая длительность,<br>включая перерыв)                                                         | 9.00-9.25<br>9.35-10.00<br>10.10-10.35 | 9.00-9.25<br>9.35-10.00<br>10.10-10.35                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 9.00-9.25<br>9.35-10.00<br>10.10-10.35                  |
| Подготовка ко второму<br>завтраку, второй завтрак                                                                                                                         | 10.00-10.10                            | 10.00-10.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 10.00-10.10                                             |
| Самостоятельная деятельность<br>детей, подготовка к прогулке,<br>прогулка                                                                                                 | 10.35-12.15                            | <b>10.35-12.15</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодеятельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей<br>*проветривание групповых<br>помещений не менее 10<br>минут каждые 1,5 часа | 10.35-12.00<br>*без бега                                |
| Возвращение с прогулки,<br>гигиенические процедуры                                                                                                                        | 12.15-12.25                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 12.15-12.25<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                                  | 12.25-12.55                            | 12.20-12.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 12.20-12.55                                             |
| Закаливающие мероприятия,<br>релаксирующая гимнастика<br>перед сном                                                                                                       | 12.55-13.00                            | 12.55-13.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 12.55-13.00                                             |
| Подготовка ко сну, дневной<br>сон                                                                                                                                         | 13.00-15.00                            | 13.00-15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 13.00-15.00                                             |
| Постепенный подъем,<br>пробуждающая гимнастика<br>после сна, воздушные процедуры                                                                                          | 15.00-15-30                            | 15.00-15-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.10-15-30                                             |
| Подготовка к полднику,<br>полдник                                                                                                                                         | 15.35-15.55                            | 15.35-15.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.35-15.55                                             |
| НОД, игры, досуги, общение по<br>интересам, театрализация,<br>кукольный театр, инсценировки с<br>игрушками, выбор<br>самостоятельной деятельности в<br>центрах активности | 15.50-16.40                            | 15.50-16.40                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.55-16.40                                             |
| Подготовка к прогулке,<br>прогулка, игры, уход домой                                                                                                                      | 16.40-18.00                            | <b>16.40-18.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность<br>воспитателя с детьми<br>(развитие речи, работа с<br>книгой, ситуации общения,<br>изодеятельность,<br>индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая<br>деятельность детей                                                                               | 16.40-18.00                                             |

**Режим дня на холодный период года  
для детей в подготовительной к школе группе  
(6-7 лет) компенсирующей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                           | Режим<br>(хорошая погода)              | Гибкий<br>(плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Щадящий режим<br>(по назначению<br>врача)            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность                                                    | 8.00-8.20                              | 8.00-8.20                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8.00-8.20                                            |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                        | 8.20-8.30                              | 8.20-8.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8.20-8.30                                            |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                             | 8.30-9.00                              | 8.30-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8.30-9.00                                            |
| Непрерывная образовательная деятельность: образовательные ситуации (общая длительность, включая перерыв)                                                   | 9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>10.20-10.50 | 9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>10.20-10.50                                                                                                                                                                                                                                                                         | 9.00-9.30<br>9.40-10.10<br>10.20-10.50               |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                                             | 10.10-10.20                            | 10.10-10.20                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 10.10-10.20                                          |
| Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке, прогулка                                                                                        | 10.50-12.10                            | <b>10.50-12.25</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность воспитателя с детьми (развитие речи, работа с книгой, ситуации общения, изобразительность, индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая деятельность детей<br>*проветривание групповых помещений не менее 10 минут каждые 1,5 часа | 10.50-12.10<br>*без бега                             |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры                                                                                                            | 12.10-12.25                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 12.10-12.25<br>*самостоятельная игровая деятельность |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                   | 12.25-12.55                            | 12.25-12.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 12.25-12.55                                          |
| Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном                                                                                              | 12.55-13.05                            | 12.55-13.05                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 12.55-13.05                                          |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                                             | 13.05-15.00                            | 13.05-15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 13.05-15.00                                          |
| Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные процедуры                                                                                 | 15.00-15-25                            | 15.00-15-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 15.00-15-30                                          |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                             | 15.25-15.55                            | 15.25-15.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 15.30-15.55                                          |
| НОД, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности | 15.55-16.40                            | 15.55-16.40                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 15.55-16.40                                          |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой                                                                                                          | 16.40-18.00                            | <b>16.40-18.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность воспитателя с детьми (развитие речи, работа с книгой, ситуации общения, изобразительность, индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая деятельность детей                                                                         | 16.40-18.00                                          |

**Режим дня на холодный период года  
для детей в разновозрастной группе (4-7 лет)  
общеразвивающей направленности**

| Режимные моменты                                                                                                                                           | Режим (хорошая погода) | Гибкий режим (плохая погода)                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Утренний прием, осмотр, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность<br>Утренняя гимнастика                                   | 7.00-8.20              | 7.00-8.20                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                             | 8.30-9.00              | 8.30-9.00                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Непрерывная образовательная деятельность: образовательные ситуации (общая длительность, включая перерыв)                                                   | 9.00-10.05             | 9.00-10.00                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак                                                                                                             | 10.05-10.15            | 10.00-10.15                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)                                                                                                   | 10.15-11.55            | <b>10.15-12.15</b><br><b>В помещении:</b> *совместная деятельность воспитателя с детьми (развитие речи, работа с книгой, ситуации общения, изодетельность, индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая деятельность*проветривание групповых помещений не менее 10 минут каждые 1,5 часа |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность                                                                              | 11.55-12.15            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                                   | 12.15-12.50            | 12.15-12.50                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                                                                             | 12.50-15.00            | 12.50-15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры                                                                                                      | 15.00-15.25            | 15.00-15.25                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                                                                             | 15.25-15.50            | 15.25-15.50                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| НОД, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности | 15.50-17.00            | 15.50-17.00                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Подготовка к прогулке, прогулка (совместная и самостоятельная деятельность)                                                                                | 17.00-18.50            | <b>17.00-19.00</b><br><b>В помещении:</b><br>*совместная деятельность воспитателя с детьми (развитие речи, работа с книгой, ситуации общения, изодетельность, индивидуальная работа)<br>*самостоятельная игровая деятельность детей                                                            |
| Возвращение с прогулки                                                                                                                                     | 18.50-19.00            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Подготовка к ужину, ужин                                                                                                                                   | 19.00-19.25            | 19.00-19.25                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Самостоятельная деятельность, уход домой                                                                                                                   | 19.25-21.00            | 19.25-21.00                                                                                                                                                                                                                                                                                    |