

СОГЛАСОВАНО
 Старшая медсестра МБДОУ
 «Детский сад №7 «Рябинушка»
 Т.В. Самуха
 «29» 08.2023 г.



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад №7 «Рябинушка»
 И.В. Веретенникова
 «29» 08.2023 г.

Режим дня в подготовительной группе № 7 (холодный период)

6.00-6.20	Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры				
6.20-7.35	Утренняя прогулка				
7.35-7.45	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к утренней гимнастике				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10-8.20	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку				
8.20-8.45	Завтрак				
8.45-9.00	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям				
ООД	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
	9.50-10.20/ 10.30-11.00	9.00-9.30	9.50-10.20/ 10.30-11.00	9.00-9.30	9.00-9.30
	9.50-10.20/ 10.30-11.00	9.40-10.10	9.50-10.20/ 10.30-11.00	10.20-10.50	9.40-10.10
	11.10-11.40	10.20-10.50	11.10-11.40		11.20-11.50 (на прогулке)
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, игры	10.25-10.30	9.30-9.40	10.25-10.30	9.30-10.10	9.30-9.40
	11.00-11.10	10.15-10.20	11.00-11.10	10.15-10.20	
Второй завтрак	10.20-10.25	10.10-10.15	10.20-10.25	10.10-10.15	10.10-10.15
Подготовка к прогулке	9.45-9.50	10.50-11.00		10.50-11.00	10.15-10.25
Прогулка	9.00-9.40	11.00-11.50	9.00-9.40	11.00-11.50	10.25-11.50
Возвращение с прогулки	9.40-9.45	11.50-12.00	9.40-9.50	11.50-12.00	11.50-12.00
12.00-12.05	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду				
12.05-12.25	Обед				
12.25-12.30	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну				
12.30-15.00	Сон				
15.00-15.10	Пробуждение, подготовка к полднику				
15.10-15.15	Полдник				
15.15-16.20	Самостоятельная деятельность, игры				
16.20-16.35	Гигиенические процедуры, подготовка к ужину				
16.35-16.55	Ужин				
16.55-17.05	Гигиенические процедуры, подготовка к вечерней прогулке				
17.05-18.00	Прогулка, уход детей домой				
ПРОГУЛКИ	2 часа 50 мин.	3 часа	2 часа 50 мин.	3 часа	3 часа 35 мин.
СОН	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.