



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ детский сад №3  
Л.Г. Черных  
01.09.2020

## РЕЖИМ ДНЯ

Младшая дежурная группа № 2

на холодный период года

| <u>Дома</u>                                     |                      |
|---|----------------------|
| Подъём, утренний туалет                         | 6.30-7.30            |
| <u>В дошкольном учреждении</u>                  |                      |
| Приём, осмотр, игры, <i>утренняя гимнастика</i> | 07.00-08.20          |
| Подготовка к завтраку, завтрак                  | 08.20-08.55          |
| <i>Занятия</i>                                  | 09.00-09.50          |
| Подготовка к прогулке                           | 10.00-10.10          |
| Прогулка (игры, наблюдения)                     | 10.10-11.50          |
| Возращение с прогулки, игры                     | 11.50-12.00          |
| Подготовка к обеду, обед                        | 12.00-12.40          |
| Подготовка ко сну, дневной сон                  | 12.40-15.00          |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, игры       | 15.00-15.30          |
| Подготовка к полднику, полдник                  | 15.30-15.40          |
| <i>Свободная деятельность</i>                   | 15.40-16.00          |
| Подготовка к прогулке, прогулка                 | 16.00-16.50          |
| Возращение с прогулки, игры                     | 16.50-17.00          |
| Подготовка к ужину, ужин                        | 17.00-17.20          |
| Игры, уход домой                                | 17.20-19.00          |
| <u>Дома</u>                                     |                      |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры         | 19.00-20.40          |
| Укладывание, ночной сон                         | 20.40-6.30<br>(7.30) |



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ детский сад №3

Л.Г. Черных

01.09.2020г

## РЕЖИМ ДНЯ

Средняя дежурная группа № 4

**на холодный период года**

| <u>Дома</u>                                     |                      |
|---|----------------------|
| Подъём, утренний туалет                         | 6.30-7.30            |
| <u>В дошкольном учреждении</u>                  |                      |
| Приём, осмотр, игры, <i>утренняя гимнастика</i> | 7.00-8.20            |
| Подготовка к завтраку, завтрак                  | 8.20-8.55            |
| <i>Занятия</i>                                  | 09.00-09.50          |
| Подготовка к прогулке                           | 10.00-10.10          |
| Прогулка (игры, наблюдения)                     | 10.10-11.50          |
| Возращение с прогулки, игры                     | 11.50-12.00          |
| Подготовка к обеду, обед                        | 12.00-12.40          |
| Подготовка ко сну, дневной сон                  | 12.40-15.00          |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, игры       | 15.00-15.30          |
| Подготовка к полднику, полдник                  | 15.30-15.40          |
| <i>Свободная деятельность</i>                   | 15.40-16.00          |
| Подготовка к прогулке, прогулка                 | 16.00-16.50          |
| Возращение с прогулки, игры                     | 16.50-17.15          |
| Подготовка к ужину, ужин                        | 17.15-17.35          |
| Игры, уход домой                                | 17.35-19.00          |
| <u>Дома</u>                                     |                      |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры         | 19.00-20.40          |
| Укладывание, ночной сон                         | 20.40-6.30<br>(7.30) |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
детский сад №3  
Л.Г. Черных  
01.09.2020

## РЕЖИМ ДНЯ

### Старшая дежурная группа № 1

#### на холодный период года

| <u>Дома</u>   |                      |
|---|----------------------|
| Подъём, утренний туалет                                       | 06.30-07.30          |
| <u>В дошкольном учреждении</u>                                |                      |
| Приём, осмотр, игры, дежурство,<br><i>утренняя гимнастика</i> | 07.00-08.20          |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                | 08.30-08.55          |
| <i>Занятия</i>  | 09.00-10.50          |
| Подготовка к прогулке, прогулка<br>(игр, наблюдения, труд)    | 11.00-11.10          |
| Возращение с прогулки, игры                                   | 11.10-12.10          |
| Подготовка к обеду, обед                                      | 12.10-12.50          |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                | 12.50-15.00          |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, игры                     | 15.00-15.30          |
| Подготовка к полднику, полдник                                | 15.30-15.40          |
| <i>Свободная деятельность</i>                                 | 15.40-16.00          |
| Подготовка к прогулке, прогулка                               | 16.00-17.00          |
| Возращение с прогулки, игры                                   | 17.00-17.10          |
| Подготовка к ужину, ужин                                      | 17.10-17.30          |
| Игры, уход детей домой  | 17.30-19.00          |
| <u>Дома</u>   |                      |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры                       | 19.00-20.40          |
| Укладывание, ночной сон                                       | 20.40-6.30<br>(7.30) |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ детский сад №3  
Л.Г. Черных  
01.09.2020

## РЕЖИМ ДНЯ

### Подготовительная дежурная группа № 3

#### на холодный период года

| <u>Дома</u>   |                      |
|---|----------------------|
| Подъём, утренний туалет                                       | 06.30-07.30          |
| <u>В дошкольном учреждении</u>                                |                      |
| Приём, осмотр, игры, дежурство,<br><i>утренняя гимнастика</i> | 07.00-08.20          |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                | 08.30-08.55          |
| <i>Занятия</i>  | 09.00-10.50          |
| Подготовка к прогулке, прогулка<br>(игр, наблюдения, труд)    | 11.00-11.10          |
| Возращение с прогулки, игры                                   | 11.10-12.10          |
| Подготовка к обеду, обед                                      | 12.10-12.50          |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                | 12.50-15.00          |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, игры                     | 15.00-15.30          |
| Подготовка к полднику, полдник                                | 15.30-15.40          |
| <i>Свободная деятельность</i>                                 | 15.40-16.00          |
| Подготовка к прогулке, прогулка                               | 16.00-17.00          |
| Возращение с прогулки, игры                                   | 17.00-17.10          |
| Подготовка к ужину, ужин                                      | 17.10-17.30          |
| Игры, уход детей домой  | 17.30-19.00          |
| <u>Дома</u>   |                      |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры                       | 19.00-20.40          |
| Ночной сон  | 20.40-6.30<br>(7.30) |