



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188» г.о. Самара
М.В. Завьялова

*Режим дня для детей младшего дошкольного возраста
(холодный период)*

Виды деятельности в течение дня	Время	Длительность
Прием, осмотр, самостоятельные игры	7.00 – 8.10	70 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.15	5 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45	30 мин.
Самостоятельная деятельность детей	8.45-9.00	15 мин.
НОД	9.00-9.15 9.25-9.40	30 мин. (10мин. перерыв)
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.40	120 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.40-12.30	50 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	150 мин.
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.00-15.20	20 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	20 мин.
Игры, развлечения	15.40-16.00	20 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, подготовка к ужину	16.00-16.50	50 мин
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.15	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-18.45	90 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00	15 мин.



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188» г.о. Самара
М.В. Завьялова

*Режим дня для детей подготовительного к школе возраста
(холодный период)*

Виды деятельности в течение дня	Время	Длительность
Прием, осмотр, самостоятельные игры	7.00 – 8.10	70 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	20 мин.
НОД	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	90 мин. (20мин перерыв)
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.30	100 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	120 мин.
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.00-15.15	15 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15 мин.
Игры, трудовая деятельность, кружковая деятельность	15.30-16.10	40 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.10-16.55	45 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.15	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-18.45	90 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00	15 мин.



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188» г.о. Самара
М.В. Завьялова

*Режим дня для детей среднего дошкольного возраста
(холодный период)*

Виды деятельности в течение дня	Время	Длительность
Приём, осмотр, самостоятельные игры	7.00 – 8.10	70 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45	25 мин.
Самостоятельная деятельность детей	8.45-9.00	15 мин.
НОД	9.00-9.20 9.30-10.05	40 мин. (10мин. перерыв)
Подготовка к прогулке, прогулка	10.05-12.00	115 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.00-12.50	50 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00	130 мин.
Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.00-15.15	15 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15 мин.
Игры, трудовая деятельность, кружковая деятельность	15.30-16.00	30 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.00-16.50	50 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.50-17.15	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-18.45	90 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00	15 мин.



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №188» г.о. Самара
М.В. Завьялова

*Режим дня для детей старшего дошкольного возраста
(холодный период)*

Виды деятельности в течение дня	Время	Длительность
Прием, осмотр, самостоятельные игры	7.00 – 8.10	70 мин.
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	30 мин.
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.10	20 мин.
НОД	9.10-9.35 9.50-10.10	45 мин. (15мин. перерыв)
Самостоятельная деятельность детей	10.10-10.35	25 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35-12.30	115 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	30 мин.
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	120 мин.
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.00-15.15	15 мин.
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15 мин.
Игры, трудовая деятельность, НОД, кружковая деятельность	15.30-16.10	40 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.10-16.55	45 мин.
Подготовка к ужину, ужин	16.55-17.15	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-18.45	90 мин.
Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.45-19.00	15 мин.