

Принято
на педагогическом совете
Протокол № 1
«31» августа 2015 г

Утверждаю
Директор МАДОУ
«ЦРР – д/сад № 116»

г. Сыктывкара
Байкова Т. Н.

«27» июля 2015 г



Режим дня

**МАДОУ «ЦРР – д/сад № 116» г. Сыктывкара, реализующего
Основную образовательную программу дошкольного образования, на
основе содержания Примерной основной образовательной программы
дошкольного образования
«От рождения до школы»
под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой**

Сыктывкар, 2015

РЕЖИМ ДНЯ
2 ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (1 год 6 месяцев – 2 года)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.00.	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми;
08.00. – 08.10.	- Утренняя гимнастика;
08.10. – 08.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.40. – 08.48.	- Занятие 1 подгруппы детей;
09.00. – 09.08.	- Занятие 2 подгруппы детей;
09.10. – 09.20.	- Игровая деятельность детей;
09.20. – 11.30.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
11.30. – 12.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
12.00. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 15.50.	- Занятие 1 подгруппы детей;
16.00 – 16.10.	- Занятие 2 подгруппы детей;
16.10. – 16.20.	- Игровая деятельность детей;
16.20. – 17.30.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
17.30. – 17.50.	- Игровая деятельность детей;
17.50. – 18.20.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.20. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 3 ч 20 мин.;
- НОД по 8-10 мин. по подгруппам;

РЕЖИМ ДНЯ
2 ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (1 год 6 месяцев – 2 года)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.20.	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
08.20. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 11.20.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
11.20. - 12.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед
12.00. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. - 17.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
17.00. - 17.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин;
17.30. - 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 3 ч 20 мин.;

- Прогулка – 4 ч 40 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
1 МЛАДШАЯ ГРУППА (2 – 3 года)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.00.	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми;
08.00. – 08.10.	- Утренняя гимнастика;
08.10. – 08.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.40. – 08.50.	- Занятие 1 подгруппы детей;
09.00. – 09.10.	- Занятие 2 подгруппы детей;
09.10. – 09.20.	- Игровая деятельность детей;
09.20. – 11.35.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
11.35. – 12.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
12.00. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 15.50.	- Занятие 1 подгруппы детей;
16.00 – 16.10. или 16.05. – 16.15.	- Занятие 2 подгруппы детей; - Занятие группы детей;
16.10. – 16.20.	- Игровая деятельность детей;
16.20. – 17.30.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
17.30. – 17.50.	- Игровая деятельность;
17.50. – 18.20.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.20. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 3 ч 25 мин.;
- НОД по 8-10 мин. по подгруппам;

РЕЖИМ ДНЯ
1 МЛАДШАЯ ГРУППА (2 – 3 года)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.20.	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
08.20. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 11.20.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
11.20. - 12.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед
12.00. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. - 17.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
17.00. - 17.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин;
17.30. - 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 3 ч 20 мин.;
- Прогулка – 4 ч 40 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
2 МЛАДШАЯ ГРУППА (3 – 4 года)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.10.	- Приём детей; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.10. – 08.20.	- Утренняя гимнастика;
08.20. – 08.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.40. – 08.50.	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
08.50. – 09.05.	- НОД - вторник – гр.№ 1; - НОД - вторник-пятница – гр.№ 5;
09.00. - 09.15.	- НОД – понедельник – пятница – гр.№ 1; - НОД – понедельник – среда – гр.№ 5;
09.15. – 09.30.	- НОД – вторник – гр.№ 1; - НОД - вторник, среда – гр.№ 5;
09.20. - 09.35.	- НОД – четверг – гр.№ 5;
09.25. – 09.40.	- НОД – среда, пятница – гр.№ 1; - НОД - пятница – гр.№ 5;
09.45. – 10.00.	- НОД – четверг – гр.№ 1;
09.40. – 09.50.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
09.50. – 11.50.	- Подготовка к прогулке. Прогулка. - Возвращение с прогулки.
11.50. – 12.00.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
12.00. – 12.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
12.30. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 15.55.	- НОД – вторник, четверг – гр.№ 5;
16.25. – 16.40.	- НОД – вторник, четверг – гр.№ 1;
15.40. – 16.45.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
16.45. – 18.00.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
18.00. – 18.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.30. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 30 мин.;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- НОД по 15 мин.;

РЕЖИМ ДНЯ
2 МЛАДШАЯ ГРУППА (3 – 4 года)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.30.	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика - Возвращение с прогулки
08.30. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку, завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 11.45.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
11.45. - 12.15.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду, обед
12.15. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. – 17.00.	- Подготовка к прогулке; - Вечерняя прогулка; - Возвращение с прогулки
17.00. – 17.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину, ужин
17.30. – 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 3 ч 05 мин.;
- Прогулка – 5 ч 15 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА (4 – 5 лет)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.00.	- Приём детей; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.00. – 08.10.	- Утренняя гимнастика;
08.10. – 08.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.30. – 08.40.	- Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.50. – 09.20.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
08.50. – 09.10.	- НОД – среда, четверг – гр.№ 3; - НОД – понедельник – среда – гр.№ 9;
09.00. – 09.20.	- НОД – понедельник, вторник, пятница – гр.№ 3; - НОД – четверг, пятница – гр.№ 9;
09.20. – 09.40.	- НОД – понедельник – гр.№ 9;
09.30. – 09.50.	- НОД – вторник – пятница – гр.№ 3; - НОД – понедельник, среда, четверг, пятница – гр.№ 9;
09.50. – 10.00.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
10.00. – 12.20.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
12.20. – 12.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
12.40. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 16.45.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
16.05. – 16.25.	- НОД – среда - гр.№ 9;
16.50. - 17.10.	- НОД – вторник, четверг – гр.№ 3;
16.50. – 17.10.	- НОД – четверг – гр.№ 9;
17.15. – 18.00.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
18.00. – 18.30.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.30. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 20 мин.;
- Прогулка – 3 ч 05 мин.;
- НОД по 20 мин.;

РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА (4 – 5 лет)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.20.	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика - Возвращение с прогулки
08.20. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 12.20.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
12.20. - 12.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед
12.50. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. - 17.10.	- Подготовка к прогулке; - Вечерняя прогулка; - Возвращение с прогулки;
17.10. - 17.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин
17.40. - 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 2 ч 30 мин.;

- Прогулка – 5 ч 40 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
СТАРШАЯ ГРУППА (5 – 6 лет)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.00.	- Приём детей; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.00. – 08.10.	- Утренняя гимнастика;
08.10. – 08.30.	- Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.30. – 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.50. – 09.00.	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
09.00. – 09.20.	- НОД – понедельник, среда – гр.№ 8; - НОД – понедельник, вторник, четверг – гр.№ 12;
09.00. – 09.25.	- НОД – вторник – пятница – гр.№ 7; - НОД – вторник, четверг, пятница – гр.№ 8; - НОД – среда, пятница – гр.№ 12;
09.20. – 09.45.	- НОД – понедельник – гр.№ 7;
09.30. – 09.55.	- НОД – среда – гр.№ 8;
09.35. – 09.55.	- НОД – среда – пятница – гр.№ 7; - НОД – вторник – гр.№ 8; - НОД – среда – гр.№ 12;
09.40 – 10.05.	- НОД – пятница – гр.№ 12;
09.55. – 10.20.	- НОД – понедельник – гр.№ 12;
10.20. – 11.00.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
11.00. – 12.30. 11.30.-11.50. 12.00.-12.20.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки. - Физкультурное занятие на воздухе 1 раз в неделю; - понедельник – гр.№ 7; - четверг – гр.№ 8; - Пятница – гр.№ 12;
12.30. – 12.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
12.50. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 16.45.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
15.40. – 16.05.	- НОД – понедельник – пятница – гр.№ 7; - НОД – вторник – четверг – № 8; - НОД – понедельник, вторник, среда, пятница – гр.№ 12;
16.15. – 16.40.	- НОД – четверг – гр.№ 12;
16.35. – 17.00.	- НОД – понедельник, пятница – гр.№ 8; - НОД - среда – гр. № 12;
16.45. – 18.15.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
18.15. – 18.35.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.35. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 10 мин.;
- Прогулка – 3 часа;

РЕЖИМ ДНЯ
СТАРШАЯ ГРУППА (5 – 6 лет)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.20.	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика - Возвращение с прогулки
08.20. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 12.25.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
12.25. - 12.55.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед
12.55. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. - 17.10.	- Подготовка к прогулке; - Вечерняя прогулка; - Возвращение с прогулки;
17.10. - 17.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин
17.40. - 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 2 ч 25 мин.;
- Прогулка – 5 ч 45 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6 – 7 лет)
Холодный период года

Время	Содержание
07.00. – 08.00.	- Приём детей; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.00. – 08.10.	- Утренняя гимнастика;
08.10. – 08.30.	- Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
08.30. – 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
08.50. – 09.00.	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
09.00. – 09.30.	- НОД – понедельник, вторник, четверг, пятница – гр.№ 6; - НОД – понедельник – четверг – гр.№ 10; - НОД – понедельник – пятница – гр.№ 11;
09.20. – 09.50.	- НОД – среда – гр.№ 6;
09.40. – 10.10.	- НОД – понедельник, вторник, четверг, пятница – гр.№ 6; - НОД – понедельник, вторник, среда, пятница – гр.№ 10; - НОД – вторник – пятница – гр.№ 11;
10.05. – 10.35.	- НОД – среда – гр.№ 6;
10.20. – 10.50.	- НОД – понедельник, четверг – гр.№ 6; - НОД – вторник – пятница – гр.№ 10, № 11;
10.25. – 10.55.	- НОД – понедельник – гр.№ 11;
10.30. – 11.00.	- НОД – пятница – гр.№ 6;
11.00. – 12.40.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
12.00. – 12.30.	- Физкультурное занятие на воздухе 1 раз в неделю; - Понедельник – гр.№ 11; - Вторник – гр.№ 6; - Четверг – гр.№ 10;
12.40. – 13.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
13.00. – 15.00.	- Сон;
15.00. – 15.20.	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
15.20. – 15.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
15.40. – 16.10.	- НОД – вторник, четверг – гр.№ 6, № 10; - НОД – четверг – гр.№ 11;
16.15. – 16.45.	- НОД - вторник – гр.№ 11;
16.30. – 17.00.	- НОД - понедельник – гр. № 6, № 11;
15.40. – 16.45.	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
16.45. – 18.20.	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
18.20. – 18.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
18.40. – 19.00.	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- НОД по 30 мин.;

РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6 – 7 лет)
Тёплый период года

Время	Содержание
07.30. - 08.20.	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика - Возвращение с прогулки
08.20. - 08.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак
08.50. - 09.10.	- Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 12.30.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
10.00. - 10.15.	- Второй завтрак
12.30. - 13.00.	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед
13.00. - 15.20.	- Сон
15.20. - 15.30.	- Подъем; - Закаливание
15.30. - 15.50.	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник
15.50. - 17.10.	- Подготовка к прогулке; - Вечерняя прогулка; - Возвращение с прогулки;
17.10. - 17.40.	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин
17.40. - 18.00.	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Самостоятельная игровая деятельность; - Уход детей домой

- Сон – 2 ч 20 мин.;
- Прогулка – 5 ч 50 мин.