Утверждаю:

Заведующий МАДОУ ЦРР детский сад № 28 «Родничок»:

Л.В. Тарасова

#### РЕЖИМ ДНЯ

в муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении центр развития ребёнка — детский сад № 28 «Родничок» города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район Республики Башкортостан на 2020—2021 учебный год

#### Режим дня группы раннего возраста № 1

## Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.35
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для	
глаз. Утренняя гимнастика	22.22
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.35 – 08.55
Подготовка к образовательной деятельности	08.55 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.10
	09.20 - 09.30
Самостоятельная деятельность детей, игры	09.30 - 09.55
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	09.55 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 – 11.10
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	11.10 – 11.35
процедуры. Подготовка к обеду.	11 25 12 05
Обед. Подготовка ко сну	11.35 – 12.05
Дневной сон	12.05 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.15
Полдник, подготовка к проведению образовательной деятельности	15.15 – 15.30
Образовательная деятельность.	15.30 – 15.40
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.40 – 17.00
литературы, самостоятельная деятельность детей	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.	17.00 – 18.00
Постепенный уход домой	
Дома	18.00 – 19.00
Прогулка	10.00 20.20
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 - 06.30

#### Режим дня группы раннего возраста № 4

Режим работы: 10, 5 часов

#### Холодный период года

Время Виды деятельности 07.00 - 07.30Дома Подъём, утренний туалет **В** Л**ОУ** Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность 07.30 - 08.35детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность 08.35 - 08.55детей 08.55 - 09.00Подготовка к образовательной деятельности 09.00 - 09.10Образовательная деятельность 09.20 - 09.3009.30 - 09.55Самостоятельная деятельность детей, игры Подготовка ко второму завтраку, завтрак 09.55 - 10.1010.10 - 11.10Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные 11.10 - 11.40процедуры. Подготовка к обеду. Обед. Подготовка ко сну 11.40 - 12.1012.10 - 15.00Дневной сон 15.00 - 15.15Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика 15.15 - 15.30Полдник, подготовка к проведению образовательной деятельности 15.30 - 15.45Самостоятельная, игровая деятельность, подготовка к проведению образовательной деятельности Образовательная деятельность. 15.45 - 15.55Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная 15.55 - 17.00деятельность детей Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. 17.00 - 18.00Постепенный уход домой 18.00 - 19.00Дома Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры 19.00 - 20.3020.30 - 06.30Ночной сон

#### Режим дня группы раннего возраста № 5

Режим работы: 10, 5 часов

#### Холодный период года

Время Виды деятельности 07.00 - 07.30Дома Подъём, утренний туалет **В** Л**ОУ** Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность 07.30 - 08.35детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность 08.35 - 08.55детей 08.55 - 09.00Подготовка к образовательной деятельности 09.00 - 09.10Образовательная деятельность 09.20 - 09.3009.30 - 09.55Самостоятельная деятельность детей, игры Подготовка ко второму завтраку, завтрак 09.55 - 10.1010.10 - 11.10Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные 11.10 - 11.40процедуры. Подготовка к обеду. Обед. Подготовка ко сну 11.40 - 12.1012.10 - 15.00Дневной сон 15.00 - 15.15Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика 15.15 - 15.30Полдник, подготовка к проведению образовательной деятельности 15.30 - 15.45Самостоятельная, игровая деятельность, подготовка к проведению образовательной деятельности Образовательная деятельность. 15.45 - 15.55Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная 15.55 - 17.00деятельность детей Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. 17.00 - 18.00Постепенный уход домой 18.00 - 19.00Дома Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры 19.00 - 20.3020.30 - 06.30Ночной сон

#### Режим дня младшей группы № 2

## Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	06.30 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.30
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.30 - 08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.15
	09.25 - 09.40
Самостоятельная деятельность детей, игры	09.40 - 09.55
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	09.55 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 - 11.30
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	11.30 – 11.50
процедуры. Подготовка к обеду.	11.50 12.20
Обед. Подготовка ко сну	11.50 – 12.20
Дневной сон	12.20– 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.15
Полдник, подготовка к проведению образовательной деятельности	15.15 – 15.30
Образовательная деятельность.	15.30 – 15.45
Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная	15.45 – 18.00
деятельность детей. Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход	
домой	10.00 10.00
Дома Прохудия	18.00 - 19.00
Прогулка	19.00 – 20.30
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 06.30

#### Режим дня младшей группы № 10

Режим работы: 10, 5 часов

#### Холодный период года

Время Виды деятельности 06.30 - 07.30Дома Подъём, утренний туалет ВЛОУ Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность 07.30 - 08.30детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика 08.30 - 08.50Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность Подготовка к образовательной деятельности 08.50 - 09.0009.00 - 09.15Образовательная деятельность 09.25 - 09.40 09.40 - 09.55Самостоятельная деятельность детей, игры 09.55 - 10.10Подготовка ко второму завтраку, завтрак 10.10 - 11.30Подготовка к прогулке. Прогулка. 11.30 - 11.55Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка к обеду. Обед. Подготовка ко сну 11.55 - 12.2512.25 – 15.00 Дневной сон Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. 15.00 - 15.15Минигимнастика Полдник, подготовка к проведению образовательной деятельности 15.15 - 15.30Образовательная деятельность. 15.30 - 15.45 $\overline{15.45} - 18.00$ Игры, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке. Прогулка. Постепенный уход домой 18.00 - 19.00Лома Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры 19.00 - 20.30Ночной сон 20.30 - 06.30

### Режим дня средней группы № 6

# Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.20
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для	
глаз. Утренняя гимнастика	
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.20 - 08.45
Подготовка к образовательной деятельности	08.45 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.20
	09.30 - 09.40
Самостоятельная деятельность детей, игры	09.40 - 10.00
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	11.50- 12.10
процедуры. Подготовка к обеду.	
Обед. Подготовка ко сну	12.10 - 12.40
Дневной сон	12.40 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры.	15.00 - 15.10
Минигимнастика	
Полдник	15.10 - 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.30 - 16.20
литературы, дополнительные платные образовательные услуги	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	16.20 – 18.00
Дома	
Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 06.30

## Режим дня средней группы № 8

# Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.25
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для	
глаз. Утренняя гимнастика	22.22
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.25 - 08.45
Подготовка к образовательной деятельности	08.45 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.20
	09.30 - 09.40
Самостоятельная деятельность детей, игры	09.40 - 10.00
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	11.50–12.15
процедуры. Подготовка к обеду.	
Обед. Подготовка ко сну	12.15 - 12.45
Дневной сон	12.45 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры.	15.00 – 15.10
Минигимнастика	
Полдник	15.10 – 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.30 – 16.20
литературы, дополнительные платные образовательные услуги	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность	16.20 – 18.00
детей. Постепенный уход домой	
Дома	
Прогулка	18.00 - 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 – 06.30

## Режим дня старшей группы № 7

### Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	06.30 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.20
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для	
глаз. Утренняя гимнастика	00.20 00.70
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.20 - 08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.25
	09.35 - 10.00
	10.10 - 10.35
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 - 12.15
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	12.15-12.25
процедуры. Подготовка к обеду.	
Обед. Подготовка ко сну	12.25 - 12.55
Дневной сон	12.55 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры.	15.00 – 15.10
Минигимнастика	15.10 – 15.30
Полдник	
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 16.00
Образовательная деятельность	16.00 – 16.25
Подготовка к ДПОУ, дополнительные платные образовательные услуги	16.25 – 17.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	17.10 – 18.30
Дома	
Прогулка	18.30 - 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 - 06.30

### Режим дня старшей группы № 11

### Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.15
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.15 - 08.45
Подготовка к образовательной деятельности	08.45 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.25
	09.35 - 10.00
	10.10 - 10.40
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 - 12.05
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка к обеду.	12.05–12.20
Обед. Подготовка ко сну	12.20 - 12.50
Дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.30
Образовательная деятельность	15.30 – 15.55
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.55 – 17.10
литературы, дополнительные платные образовательные услуги Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.	17.10 – 18.00
Постепенный уход домой	17.10 - 18.00
Дома	
Прогулка	18.00 - 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 - 06.30

### Режим дня старшей группы № 12

## Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.15
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика	
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность	08.15 - 08.45
детей	
Подготовка к образовательной деятельности	08.45 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.25
	09.35 - 10.00
	10.10 - 10.40
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10 - 12.05
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка к обеду.	12.05–12.20
Обед. Подготовка ко сну	12.20 - 12.50
Дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. Минигимнастика	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.30
Образовательная деятельность	15.30 – 15.55
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.55 – 17.10
литературы, дополнительные платные образовательные услуги	17.10 10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой	17.10 – 18.00
Дома	
Прогулка	18.00 - 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 - 06.30

#### Режим дня подготовительной к школе группы № 9

Режим работы: 10, 5 часов

#### Холодный период года

Время Виды деятельности 07.00 - 07.30Дома Подъём, утренний туалет **В** Л**ОУ** Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность 07.30 - 08.10детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность 08.10 - 08.40Подготовка к образовательной деятельности 08.40 - 09.00Образовательная деятельность 09.00 - 09.3009.40 - 10.1010.20 - 10.50Подготовка ко второму завтраку, завтрак 10.10 - 10.1510.50 - 12.20Подготовка к прогулке. Прогулка. 12.20-12.30 Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка к обеду. Обед. Подготовка ко сну 12.30 - 13.0013.00 - 15.00Дневной сон Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. 15.00 - 15.10Минигимнастика Полдник 15.10 - 15.30 $15.30 - \overline{16.40}$ Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной литературы, дополнительные платные образовательные услуги Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность 16.40 - 18.00детей. Постепенный уход домой Дома Прогулка 18.00 - 19.00Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры 19.00 - 20.30Ночной сон 20.30 - 07.00

#### Режим дня подготовительной к школе группы № 13

### Холодный период года

Виды деятельности	Время	
Дома	07.00 - 07.30	
Подъём, утренний туалет		
ВДОУ		
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.10	
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.		
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для		
глаз. Утренняя гимнастика		
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.10 - 08.40	
Подготовка к образовательной деятельности	08.40 - 09.00	
Образовательная деятельность	09.00 - 09.30	
	09.40 - 10.10	
	10.20 - 10.50	
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.10 - 10.15	
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.50 - 12.20	
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	12.20-12.30	
процедуры. Подготовка к обеду.		
Обед. Подготовка ко сну	12.30 - 13.00	
Дневной сон	13.00 - 15.00	
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры.	15.00 – 15.10	
Минигимнастика		
Полдник	15.10 – 15.30	
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.30 – 16.40	
литературы, дополнительные платные образовательные услуги		
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность	16.40 - 18.00	
детей. Постепенный уход домой		
Дома		
Прогулка	18.00 - 19.00	
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30	
Ночной сон	20.30 - 07.00	

## Режим дня подготовительной к школе группы № 14

#### Холодный период года

Виды деятельности	Время
Дома	07.00 - 07.30
Подъём, утренний туалет	
ВДОУ	
Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность	07.30 - 08.10
детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика.	
Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для	
глаз. Утренняя гимнастика	
Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей	08.10 - 08.40
Подготовка к образовательной деятельности	08.40 - 09.00
Образовательная деятельность	09.00 - 09.30
	09.40 - 10.10
	10.20 - 10.50
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	10.10 – 10.15
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.50 - 12.20
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные	12.20- 12.30
процедуры. Подготовка к обеду.	
Обед. Подготовка ко сну	12.30 - 13.00
Дневной сон	13.00 - 15.00
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры.	15.00 - 15.10
Минигимнастика	
Полдник	15.10 – 15.30
Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной	15.30 - 16.40
литературы, дополнительные платные образовательные услуги	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность	16.40 - 18.00
детей. Постепенный уход домой	
Дома	
Прогулка	18.00 - 19.00
Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Ночной сон	20.30 - 07.00

«Утверждаю»	
Заведующий МА	ДОУ ЦРР –
детский сад №28	«Родничок»:
	Л.В.Тарасова

#### Режим дня средней (дежурной) группы № 4

#### Холодный период года

Режим работы: 12 часов Время Виды деятельности 06.30 - 07.00Дома Подъём, утренний туалет Прием. Игры. Труд. Творчество детей. Самостоятельная деятельность 07.00 - 08.20детей. Индивидуальная работа с детьми. Артикуляционная гимнастика. Оздоровительные процедуры: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Утренняя гимнастика 08.20 - 08.45Подготовка к завтраку, завтрак, самостоятельная игровая деятельность детей Подготовка к образовательной деятельности 08.45 - 09.0009.00 - 09.20Образовательная деятельность 09.30 - 09.4009.40 - 10.00Самостоятельная деятельность детей, игры Подготовка ко второму завтраку, завтрак 10.00 - 10.1010.10 - 12.00Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические и оздоровительные 12.00-12.15 процедуры. Подготовка к обеду. Обед. Подготовка ко сну 12.15 - 12.45Дневной сон 12.45 - 15.00Постепенный подъем. Культурно-гигиенические процедуры. 15.00 - 15.10Минигимнастика Полдник 15.10 - 15.30Самостоятельная, игровая деятельность, чтение художественной 15.30 - 16.20литературы, дополнительные платные образовательные услуги 16.20 - 17.15Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин. 17.15 - 17.45Самостоятельная деятельность детей. Постепенный уход домой 17.45 - 19.00Дома Прогулка 19.00 - 19.3019.30 - 20.30Спокойные игры. Ужин. Гигиенические процедуры 20.30 - 06.30Ночной сон