УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ "Детский сад №126"
от 01.09.2020 г. № 86 – о.д.

Примерный режим пребывания воспитанников в МБДОУ *(Холодный период года)*

Режимные моменты	ран.возр.	II младшая группа		Средняя группа		Старшая группа			Подготовительная группа		
	№3	№1	№2	№4	№8	№9	№10	№12	№6	№7	№11
Прием детей, осмотр; беседы с детьми (СКР, ПР), наблюдения в уголке природы (СКР, ПР); игры, дежурство, самообслуживание (СКР), чтение художественной литературы (РР), самостоятельная деятельность детей	6.00 – 8.15	6.00 - 8.00	6.00 - 8.00	6.00 - 8.00	6.00 - 8.00	6.00 - 8.05	6.00 - 8.05	6.00 - 8.05	6.00 - 8.10	6.00 - 8.10	6.00 - 8.10
Утренняя гимнастика (ФР), игра (СКР)	8.15 - 8.25	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.05 – 8.15	8.05 – 8.15	8.05 – 8.15	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку: дежурство, этикет (СКР), личная гигиена (ФР); завтрак культурно-гигиенические навыки (ФР), этикет (СКР)	8. 25 – 9.00	8.10 - 8.40	8.10 - 8.40	8.10-8.40	8.10-8.40	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45	8.15 - 8.45	8.20 - 8.45	8.20-8.45	8.20 - 8.45
Утренний круг		8.40 – 9.00	8.40 – 9.00 8.40 – 8.50 **ПТ**	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00 8.45 – 8.55 **СР**	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00 8.45 – 8.55 **ВТ**
Организованная образовательная деятельность (ООД) (СКР, ПР, РР, ФР, ХЭР)	9.00 – 9.10 (1 подг.) 9.20 – 9.30 (2 подг.) **ПН** 9.00 – 9.10 9.20 – 9.30 **ВТ, СР, ПТ** 9.00 – 9.10 (1 подг.) 9.20 – 9.30 (2 подг.) 9.40 – 9.50 **ЧТ**	9.00 – 9.15 9.35 – 9.50 9.00 – 9.15 (1 подг) 9.25 – 9.40 (2 подг.) **ЧТ**	9.00 – 9.15 (1 подг) 9.25 – 9.40 (2 подг.) **ПН** 9.00 – 9.15 9.35 – 9.50 **ВТ, ЧТ** 9.00 – 9.15 9.30 – 9.45 **СР** 8.50 – 9.05 9.25 – 9.40 **ПТ**	9.00 – 9.20 9.35 – 9.55 **ПН** 9.00 – 9.20 **ВТ, СР, ПТ** 9.00 – 9.20 9.50 – 10.10 **ЧТ**	9.00 – 9.20 9.35 – 9.55 **ПН** 9.00 – 9.20 **ВТ, СР, ЧТ, ПТ**	9.00 – 9.25 **ПН, ВТ, СР** 9.00 – 9.25 9.40 – 10.05 **ЧТ** 9.15 – 9.40 9.50 – 10.15 **ПТ**	9.00 – 9.25 **ПН, ВТ, ЧТ** 9.00 – 9.25 9.35 – 10.00 **СР** 9.00 – 9.25 9.35 – 10.00 **ПТ**	9.00 – 9.25 **ПН, ПТ** 9.00 – 9.25 9.35 – 10.00 **ВТ** 8.55 – 9.20 9.30 – 9.55 **СР** 9.10 – 9.35 9.45 – 10.10 **ЧТ**	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 **ПН, ЧТ** 9.00 – 9.30 10.00 – 10.30 10.40 – 11.10 **ВТ** 9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.30 – 11.00 **СР** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00 **ПТ**	9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00 **ПН** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.35 – 11.05 **ВТ** 9.30 – 9.50 10.20 – 11.00 **СР** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00 **ЧТ** 9.00 – 9.30 10.30 – 11.00 **ПТ**	9.00 – 9.30 10.30 – 11.00 **ПН** 8.55 – 9.25 9.40 – 10.10 10.25 – 10.55 **ВТ** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00 **СР** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 10.30 – 11.00 **ЧТ** 9.00 – 9.30 9.50 – 10.20 **ПТ**

Совместная и самостоятельная деятельность детей, игры	9.00 – 9.20 (2 подг.) 9.10 – 9.30 (1 подг.) **ПН** 9.10 – 9.20 **ВТ, СР, ПТ** 9.00 – 9.20 (2 подг.) 9.10 – 9.30 (1 подг.) 9.30 – 9.40 **ЧТ**	9.15 – 9.35 9.00 – 9.25 (2 подг.) 9.15 – 9.40 (1 подг.) **ЧТ**	9.00 – 9.25 (2 подг.) 9.15 – 9.40 (1 подг.) **ПН** 9.15 – 9.35 **ВТ, ЧТ** 9.15 – 9.30 **СР** 9.05 – 9.25 **ПТ**	9.20 – 9.35 **ПН** 9.20 – 9.35 **ВТ, ПТ** 9.20 – 9.45 **СР** 9.20 – 9.50 **ЧТ**	9.20 – 9.35 **ПН** 9.20 – 9.45 **ВТ** 9.20 – 9.35 **СР, ЧТ, ПТ**	9.25 – 9.35 **ПН, СР** 9.25 – 10.00 **ВТ** 9.25 – 9.40 **ЧТ** 9.00 – 9.15 9.40 – 9.50 **ПТ**	9.25 – 10.00 **ПН** 9.25 – 9.35 **ВТ, СР, ЧТ, ПТ**	9.25 – 9.35 **ПН** 9.25 – 9.35 **ВТ** 9.20 – 9.30 9.55 – 10.00 **СР** 9.00 – 9.10 9.35 – 9.45 **ЧТ** 9.25 – 10.00 **ПТ**	9.30 – 9.40 10.10 – 11.00 **ПН** 9.30 – 10.00 10.30 – 10.40 **ВТ** 9.30 – 9.45 10.15 – 10.30 **СР** 9.30 – 9.40 10.10 – 11.00 **ЧТ** 9.30 – 9.50 10.20 – 10.30 **ПТ**	9.30 – 9.50 10.20 – 10.30 **ПН** 9.30 – 9.50 10.20 – 10.35 **ВТ** 9.30 – 9.50 10.20 – 11.00 **СР** 9.30 – 9.50 10.20 – 10.30 **ЧТ** 9.30 – 10.30 **ПТ**	9.30 – 10.30 **ПН** 9.25 – 9.40 10.10 – 10.25 10.55 – 11.00 **ВТ** 9.30 – 9.50 10.20 – 10.30 **СР** **9.30 – 9.50** **10.20 – 10.30** **ЧТ** 9.30 – 9.50 10.20 – 11.00 **ПТ**
Подготовка ко 2 завтраку: самообслуживание, этикет (СКР), личная гигиена (ФР), второй завтрак	9.30 – 9.40 9.50 – 10.00 **ЧТ**	9.50 – 10.00 9.40 – 9.50 **ЧТ**	9.40 – 9.50 **ПН** 9.50 – 10.00 **ВТ, ЧТ** 9.45 – 9.55 **СР** 9.40 – 9.50 **ПТ**	9.55-10.05 **ПН** 9.35 – 9.45 **ВТ, ПТ** 9.45 – 9.55 **СР** 10.10 – 10.20 **ЧТ**	9.55 -10.05 **ПН** 9.45 – 9.55 **ВТ** 9.35 – 9.45 **СР, ЧТ, ПТ**	9.35 – 9.45 **ПН, СР** 10.00 – 10.10 **ВТ** 10.05 – 10.15 **ЧТ** 10.15 – 10.25 **ПТ**	10.00 – 10.10 **ПН, СР, ПТ** 9.35 – 9.45 **ВТ, ЧТ**	9.35 – 9.45 **ПН** 10.00 – 10.10 **ВТ, СР, ПТ** 10.10 – 10.20 **ЧТ**	11.00 – 11.10 11.10 – 11.20 **ВТ**	11.00 – 11.10 11.05 – 11.15 **ВТ**	11.00 – 11.10
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения в природе (СР, ПР), труд в природе, подвижные игры (ФР, ПР), игры (СКР), индивидуальная работа по развитию движений (ФР), самостоятельная деятельность детей ООД (ФР)	9.40 – 11.20 10.00 – 11.20 **ЧТ**	10.00 -11.50 9.50 – 11.50 **ЧТ**	9.50 – 11.50 **ПН** 10.00 – 11.50 **ВТ, ЧТ** 9.55 – 11.50 **СР** 9.50 – 11.50 **ПТ**	10.05-12.00 **ПН** 9.45 - 11.35 **ВТ, ПТ** 9.55 – 12.00 **СР** 10.20 – 12.00 **ЧТ**	10.05-12.00 **ПН** 9.55 – 12.00 **ВТ** 9.45 - 11.35 **СР, ЧТ, ПТ**	9.45 -11.35 **ПН, СР** 10.10-12.00 **ВТ** 10.15 – 12.00 **ЧТ** 10.25 – 12.00 **ПТ**	10.10-12.00 **ПН, СР, ПТ** 9.45 – 11.35 **ВТ, ЧТ**	9.45-11.35 **ПН** 10.10-12.00 **ВТ, СР, ПТ** 10.20 – 12.00 **ЧТ**	11.10 - 12.30 11.20 – 12.30 **ВТ**	11.10 - 12.30	11.10 - 12.30
Возвращение с прогулки самообслуживание (СКР), личная гигиена (ФР). Игры (СКР),	11.20 – 11.45	11.50 - 12.10	11.50 - 12.10	12.00 -12.20 **ПН, СР, ЧТ** 11.35 – 12.00 **ВТ, ПТ**	12.00 -12.20 **ПН, ВТ** 11.35 – 12.00 **СР, ЧТ, ПТ**	11.35 - 11.55 **ПН, СР** 12.00 – 12.20 **ВТ, ЧТ, ПТ**	12.00 – 12.20 **ПН, СР** 11.35 – 11.55 **ВТ, ЧТ**	11.35 - 11.55 **ПН** 12.00 – 12.20 **ВТ, СР, ЧТ, ПТ**	12.30 – 12.45	12.30 – 12.45	12.30 – 12.45
ООД				12.00 – 12.20 **ВТ, ПТ**	12.00 – 12.20 **СР, ЧТ, ПТ**	11.55 – 12.20 **ПН, СР**	11.55 – 12.20 **ВТ, ЧТ**	11.55 – 12.20 **ПН**			
Подготовка к обеду: дежурство, этикет (СКР), личная гигиена (ФР). Обед: культурно-гигиенические навыки (ФР), этикет (СКР)	11.45 – 12.15	12.10-12.40	12.10-12.40	12.20 - 12.50	12.20-12.50	12.20 - 12.55	12.20 - 12.55	12.20 - 12.55	12.45 – 13.10	12.45 – 13.10	12.45 – 13.10
Подготовка ко сну, личная гигиена, воздушные ванны (ФР), чтение художественное литературы, музыка (ХЭР). Дневной сон	12.15 – 15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.50-15.05	12.50-15.05	12.50 - 15.05	13.10 - 15.15	13.10 - 15.15	13.10 - 15.15
Постепенный подъем. закаливающие процедуры, гимнастика после сна, профилактика плоскостопия (ФР), игры (СКР).	15.00 – 15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.30	15.00-15.30	15.05-15.20	15.05-15.15	15.05-15.15	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30	15.15 - 15.30

Подготовка к полднику: дежурство, этикет (СКР), личная гигиена (ФР). Полдник: культурно - гигиенические навыки (ФР), этикет (СКР)	15.25 – 15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.15 -15.40	15.15-15.40	15.15-15.40	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
ООД						15.50-16.15 **ВТ, СР, ЧТ**	15.50-16.15 **ВТ, СР, ЧТ**	15.50-16.15 **ПН, СР, ЧТ**			
Игры, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность детей и взрослых по интересам (СКР, ПР, РР, ФР, ХЭР), чтение художественной литературы (РР)	15.50 – 16.30	15.45-16.20	15.45-16.20	15.50 – 16.30	15.50 – 16.30	16.15-16.35	16.15-16.35	16.15-16.35	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30	15.50 - 16.30
Вечерний круг		16.20 – 16.30	16.20 – 16.30	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40	16.35 – 16.45	16.35 – 16.45	16.35 – 16.45	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40	16.30 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры (СКР, ФР), наблюдения в природе (СР, ПР), индивидуальная работа по развитию движений (ФР), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	16.30 – 18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.40 -18.00	16.40 -18.00	16.45 -18.00	16.45 -18.00	16.45 -18.00	16.40 - 18.00	16.40 - 18.00	16.40 - 18.00