

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МАДОУ «Детский сад №14»  
Е.Н.Силантьева

**Режим дня  
( холодный период )**

Режимный момент	Ранний возраст	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Прием, осмотр детей, Самостоятельная игровая деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.00	7.30-8.10	7.30-8.25	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.00-8.20	8:20–8:55	8:25–8:55	8.30-8.55	8.30-8.50
Образовательная деятельность	8.50-9.00 По подгруп. 16.00-16.10 16.15-16.25	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
<b>Второй завтрак<sup>1</sup></b>	Увеличили калорийность основного завтрака на 5% в соответствии с п.8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20				
Самостоятельная игровая деятельность	8.20-8.50 9.10-9.40	9.40-10.00	9.50-10.10	10.35-11.05	-
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 10.00 10.00 – 11.20	10.00-10.20 10.20-12.00	10.10-10.20 10.20-11.50	10.55-11.05 11.00-12.50	10.50-11.00 11.00-12.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.45	12.0-12.20	11.50-12.15	12.40-12.50	12.45-12.55
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11 .45-12.20	12.20-13.00	12.25-12.50	12.50-13.10	12.55-13.15
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон,	12.20-15.00	13.0-15.00	12.50-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъем, профилактические физ.-оздоровительные процедуры,	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.45	15.00-15.55

<sup>1</sup> СанПиН 2.3/2.4.3590-20, п. 8.1.2.1.

<b>самостоятельная деятельность</b>					
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.55-16.10
<b>Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры</b>	-	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.45	16.10-16.50
<b>Дополнительное образование</b>	-	16.20-16.35 (1 р/нед)	16.20-16.40 (2 р/нед)	16.20-16.50 (2 р/нед)	16.20-16.40 (3 р/нед)
<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b>	16.10-17.10	16.20-17.30	16.20-17.30	16.50-17.30	16.50-17.30
<b>Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин, уход детей домой</b>	17.10-17.30	17.10-17.30			