



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ № 282  
 И.В. Санникова  
 Приказ № 113-н от 31.08 2021г.

**РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)**  
**2021–2022 учебный год**

Режимные моменты	Средняя группа «Колокольчик»	Разновозрастная группа «Земляничка» (4-6 лет)	Разновозрастная группа «Василек» (4-6 лет)	Подготовительная группа «Одуванчик» (5-7 лет)	Подготовительная группа «Малинка»
Прием детей, термометрия, свободная игра	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.35
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.20-08.30	08.20-08.30	08.35-08.47
Подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи	08.10-08.45	08.10-08.45	08.30-08.50	08.30-08.50	08.47-09.00
Утренний круг	08.45-09.00	08.45-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	09.00-09.10
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	09.00-10.30	09.00-10.30	09.00-10.30	09.00-10.50	09.10-11.00
Второй завтрак	10.30	10.30	10.30	10.30	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35-12.10	10.35-12.15	10.35-12.20	10.50-12.25	11.00-12.30
Возвращение с прогулки	12.10-12.20	12.15-12.23	12.20-12.28	12.25-12.33	12.30-12.38
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.20-12.50	12.23-12.50	12.28-12.50	12.33-13.00	12.38-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20	12.50-15.20	13.00 -15.20	13.00-15.20
Постепенный подъем, полдник, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35	15.30-15.35
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.35-16.08	15.35-16.11	15.35-16.14	15.35-16.16	15.35-16.20
Подготовка к ужину, ужин	16.08-16.35	16.11-16.35	16.14-16.35	16.16-16.35	16.20-16.40
Вечерний круг	16.35-16.45	16.35-16.45	16.35-16.45	16.35-16.45	16.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45-18.20	16.45-18.20	16.45-18.20	16.45-18.20	16.50-18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00

В соответствии с санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (таблицы 6.6, 6.7)