

Режим дня в группах МБДОУ № 5 на период полярной ночи

№	Режимный момент	Дома:					Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
		Первая группа раннего возраста (1-2 лет)	Вторая группа раннего возраста (2-3 лет)	Младшая группа (3-4 года)	6.30-7.30				
1.	Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении:</b>									
2.	Прием детей, осмотр, игры, дежурство	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.30	7.00-8.30	
3.	Утренняя гимнастика								
4.	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.30	8.00-8.30	8.10-8.45	8.15-8.35	8.20-8.40	8.20-8.40	8.30-8.50	
5.	Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям, п/и	8.30-8.50	8.30-9.00	8.45-9.00	8.35-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	
	1-е занятие	8.55-9.10	9.10-9.25	9.10-9.20	9.10-9.30	9.10-9.35	9.10-9.40	9.10-9.40	
7.	2-е занятие				9.40-10.10	9.45-10.10	9.50-10.20	9.50-10.20	
8.	3-е занятие					15.25-15.45	(проводится и во 2 пол. дня)	15.30-16.00	
9.	Второй завтрак	9.10-9.15	9.25-9.30	9.20-9.25	10.10-10.15	10.10-10.15	10.20-10.25	10.20-10.25	
10.	Подготовка к прогулке (по подгруппам), прогулка	9.15-11.00	9.30-10.45	9.25-11.00	10.15-11.25	10.15-11.45	10.25-12.10	10.25-12.10	
11.	Возвращение с прогулки (по подгруппам), игры, п/и	11.00-11.15	10.45-11.05	11.00-11.20	11.25-11.45	11.45-12.00	12.10-12.20	12.10-12.20	
12.	Подготовка к обеду, обед	11.15-11.45	11.05-11.45	11.20-12.05	11.45-12.15	12.00-12.30	12.20-12.40	12.20-12.40	
13.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.45-15.10	11.45-15.10	12.05-15.10	12.15-15.10	12.30-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10	
14.	Постепенный подъем, закалывающие процедуры	15.10-15.30	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	
15.	Подник		15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	15.25-15.30	
16.	2-е занятие (по подгруппам)		15.25-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.25-15.35	15.25-15.30	15.25-15.30	
17.	Самостоятельная деятельность, спортивные игры	15.30-15.40-15.50				15.30-16.00	16.00-16.25	16.00-16.25	
18.	Подготовка к ужину, ужин		15.30-15.55						
19.	Самостоятельная деятельность, спортивные игры			15.30-16.00	15.30-16.10	16.00-16.20	15.30-16.00	15.30-16.00	
20.	Подготовка к прогулке (по подгруппам), прогулка	15.50-16.20	15.55-16.25	16.00-16.25	16.10-16.35	16.20-16.45	16.25-16.50	16.25-16.50	
21.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, п/и	16.20-18.00	16.25-19.00	16.25-19.00	16.35-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00	16.50-19.00	
22.	Уход домой	18.00-19.00							
23.	Прогулка	19.00-20.00	19.00-20.15	19.00-20.15	19.00-20.15	19.00-20.15	19.00-20.15	19.00-20.15	
24.	Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры,	20.00-20.30	20.15-20.45	20.15-20.45	20.15-20.45	20.15-20.45	20.15-20.45	20.15-20.45	
25.	Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	20.45-6.30 (7.30)	

