

Утверждаю:

И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня

разновозрастная группа для детей от 1г до 3 лет

«Рыбки»

(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:45
Подготовка к прогулке	10:45 – 10:50
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 11:40
Подготовка к обеду	11:40 – 11:50
Обед	11:40 – 12:10
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Игры на свежем воздухе. Уход домой.	18:40 – 19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
/ Зорх А.В.



Режим дня
первая младшая группа для детей от 2 до 3 лет

«Солнышко»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:20
Второй завтрак	10:20 – 10:45
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:45- 11:45
Подготовка к обеду	11:45 – 12:10
Обед	
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 18:20
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
первая младшая группа для детей от 2 до 3 лет

«Малинка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:20
Второй завтрак	10:20 – 10:45
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:45- 11:45
Подготовка к обеду	
Обед	11:45 –12:10
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 –16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20– 18:20
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
средняя группа для детей от 4 до 5 лет
«Пчёлки»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	12:00-12:40
Обед	
Подготовка ко сну	12:40-12:50
Сон, постепенный подъем, гимнастика после дневного сна	12:50 – 15:20
Подготовка к уплотненному полднику	15:20 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:

И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня

Вторая младшая группа для детей от 3 до 4 лет

«Подсолнушки»

(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:20
Второй завтрак	10:20 – 10:45
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:45- 11:45
Подготовка к обеду	
Обед	11:45 –12:10
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 –16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:20– 18:20
Подготовка к ужину	
Ужин	18:20 – 18:30
Уход домой.	18:30 – 18:40 19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
/ Зорх А.В.



Режим дня
вторая младшая группа для детей от 3 до 4 лет
«Одуванчик»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:20
Второй завтрак	10:20 – 10:45
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:45- 11:45
Подготовка к обеду	
Обед	11:45 – 12:10
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 18:20
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня

Вторая младшая группа для детей от 3 до 4 лет

«Ромашка»

(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:20
Второй завтрак	10:20 – 10:45
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:45- 11:45
Подготовка к обеду	
Обед	11:45 –12:10
Подготовка ко сну	12:10 – 12:20
Дневной сон	12:20 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 –16:00
Подготовка к уплотненному полднику	
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20– 18:20
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
средняя группа для детей от 4 до 5 лет

«Фиксики»

(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	12:00-12:40
Обед	
Подготовка ко сну	12:40-12:50
Сон, постепенный подъем, гимнастика после дневного сна	12:50 – 15:20
Подготовка к уплотненному полднику	15:20 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

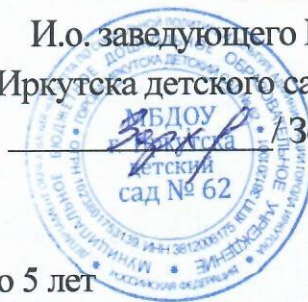
Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
средняя группа для детей от 4 до 5 лет
«Колокольчики»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:00
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:00 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	10:50 – 12:00
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12:00 – 13:00
Подготовка к обеду	13:00 – 15:30
Обед	15:30 – 16:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, гимнастика после дневного сна	16:00 – 16:20
Подготовка к уплотненному полднику	16:20 – 16:30
Уплотненный полдник	16:30 – 18:20
Подготовка к прогулке	18:20 – 18:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	18:30 – 18:40
Подготовка к ужину	19:00
Ужин	
Уход домой.	

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
старшая группа для детей от 4 до 5 лет
«Веселые ребята»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	12:00 – 12:35
Обед	
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
старшая группа для детей от 5 до 6 лет
«Ёлочка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	12:00 – 12:35
Обед	
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
 И.о. заведующего МБДОУ
 г. Иркутска детского сада № 62
 Зорх А.В.



Режим дня
 старшая группа для детей от 5 до 6 лет
 «Рябинка»
 (холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50– 12:00
Подготовка к обеду	12:00 –12:35
Обед	
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

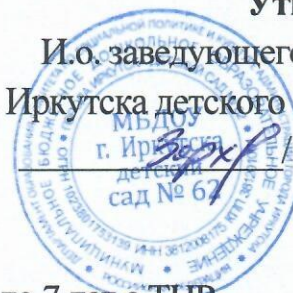
Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
старшая группа для детей от 5 до 6 лет с ТНР
«Улыбка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	12:00 – 12:35
Обед	
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
разновозрастная группа для детей от 5 до 7 лет с ТНР
«Клубничка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	
Обед	12:00 – 12:35
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
/ Зорх А.В.



Режим дня
разновозрастная группа для детей от 5 до 7 лет
«Колобки»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:10
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	10:20 – 10:30
Второй завтрак	10:30 – 10:50
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10:50 – 12:00
Подготовка к обеду	
Обед	12:00 – 12:35
Подготовка ко сну	12:35 – 12:45
Дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:15 – 15:25
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию)	15:25 – 15:50
Подготовка к уплотненному полднику	15:50 – 16:00
Уплотненный полдник	16:00 – 16:20
Подготовка к прогулке	16:20 – 16:30
Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки	16:30 – 18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
подготовительная группа для детей от 6 до 8 лет
«Гномики»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:20
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку	8:30 – 8:40
Завтрак	8:40 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:50
Второй завтрак Подготовка к прогулке	10:50 – 11:00
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11:00-12:10
Подготовка к обеду	12:10 –12:20
Обед	12:20 –12:40
Подготовка ко сну	12:40 – 12:50
Дневной сон	12:50 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 15:30
Подготовка к уплотненному полднику	15:30 –16:00
Уплотненный полдник	16:00-16:30
Подготовка к прогулке Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	16:30 -18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
подготовительная группа для детей от 6 до 8 лет
«Радуга»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:20
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку	8:30 – 8:40
Завтрак	8:40 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:50
Второй завтрак	10:50 – 11:00
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11:00-12:10
Подготовка к обеду	12:10 –12:20
Обед	12:20 –12:40
Подготовка ко сну	12:40 – 12:50
Дневной сон	12:50 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 15:30
Подготовка к уплотненному полднику	15:30 –16:00
Уплотненный полдник	16:00-16:30
Подготовка к прогулке Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	16:30 -18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

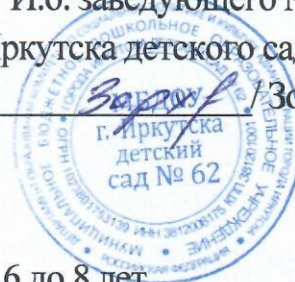
Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62

 Зорх А.В.

Режим дня
подготовительная группа для детей от 6 до 8 лет
«Звездочка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:20
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку	8:30 – 8:40
Завтрак	8:40 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:50
Второй завтрак	10:50 – 11:00
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11:00-12:10
Подготовка к обеду	12:10 –12:20
Обед	12:20 –12:40
Подготовка ко сну	12:40 – 12:50
Дневной сон	12:50 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 15:30
Подготовка к уплотненному полднику	15:30 –16:00
Уплотненный полдник	16:00-16:30
Подготовка к прогулке Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	16:30 -18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00

Утверждаю:
И.о. заведующего МБДОУ
г. Иркутска детского сада № 62
Зорх А.В.



Режим дня
подготовительная группа для детей от 6 до 8 лет
«Брусничка»
(холодный период года)

Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей	7:00 – 8:20
Утренняя гимнастика (по расписанию)	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку	8:30 – 8:40
Завтрак	8:40 – 9:00
Организованная образовательная деятельность (согласно расписанию, перерывы между занятиями 10 минут)	9:00 – 10:50
Второй завтрак	10:50 – 11:00
Подготовка к прогулке	
Прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11:00-12:10
Подготовка к обеду	12:10 –12:20
Обед	12:20 –12:40
Подготовка ко сну	12:40 – 12:50
Дневной сон	12:50 – 15:20
Подъем, гимнастика после дневного сна	15:20 – 15:30
Подготовка к уплотненному полднику	15:30 –16:00
Уплотненный полдник	16:00-16:30
Подготовка к прогулке Вечерняя прогулка. Игры на свежем воздухе. Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	16:30 -18:20
Подготовка к ужину	18:20 – 18:30
Ужин	18:30 – 18:40
Уход домой.	19:00