

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 60 компенсирующего вида» г. Сыктывкара**

Принято  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
«31» августа 2023г.

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 60  
компенсирующего вида»  
Грегер Т.Г. \_\_\_\_\_  
Приказом № 117  
от «01» сентября 2023г.

Согласовано  
Совет родителей  
Протокол № 4  
«31» августа 2023г.

**Режим дня возрастных групп  
на 2023-2024 учебный год**

**Расписание офтальмологического лечения воспитанников  
МБДОУ «Детский сад № 60 компенсирующего вида»  
на 2023-2024 учебный год**

<b>Группа</b>	<b>Время</b>
Подготовительная гр. №1	08.10 – 08.35
I младшая гр. №4	08.45 – 09.10
II младшая гр. №10	09.20 – 09.45
Средняя гр. №7	10.00 – 10.25
Старшая гр. №5	10.35 – 11.00
Подготовительная гр. №3	11.10 – 11.35
Старшая гр. №6	12.00 - 12.30

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**МЛАДШАЯ ГРУППА № 4 (2– 3 года)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.10.</b>	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.15. – 08.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.45. – 09.10.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>09.20. – 09.35.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.45. – 10.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>09.35. – 09.45.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 11.25.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>11.30. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. – 15.00.</b>	- Сон;
<b>15.00. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.40. – 16.20.</b>	- Игровая деятельность детей;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 2 ч 45 мин.;
- ООД по 10 мин. по подгруппам

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**МЛАДШАЯ ГРУППА № 4 (2 – 3 года)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.10.</b>	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.45. – 09.10.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>08.35. – 09.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>09.00. - 09.50.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 11.35.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>11.35. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.20.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 ч 20 мин.;

- Прогулка – 3 ч 45 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА № 10 (3– 4 года)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.10.</b>	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.15. – 08.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>09.20. – 09.45.</b>	<b>- Офтальмологическое лечение;</b>
<b>09.00. – 09.15.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.45. – 10.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>09.35. – 09.45.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 11.25.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>11.30. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. – 15.00.</b>	- Сон;
<b>15.00. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.40. – 16.20.</b>	- Игровая деятельность детей;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 2 ч 45 мин.;
- ООД по 15 мин. по подгруппам

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА № 10 (3– 4 года)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.10.</b>	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.35. – 09.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>09.20. – 09.45.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>09.00. - 09.50.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 11.35.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>11.35. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.20.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 ч 20 мин.;

- Прогулка – 3 ч 45 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СРЕДНЯЯ ГРУППА №2 (4-5лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.10.</b>	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.20. – 08.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>09.00. – 09.20.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.30. – 09.50.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.30. – 11.40.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>11.40. – 12.10.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.10. – 15.10.</b>	- Сон;
<b>15.10. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.40. – 16.20.</b>	- Игровая деятельность детей;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 2 ч 30 мин.;
- ООД по 20 мин. по подгруппам

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СРЕДНЯЯ ГРУППА № 2 (4-5лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.20.</b>	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.20. - 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.50. - 09.50.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 11.35.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>11.35. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.20.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 ч 20 мин.;

- Прогулка – 3 ч 45 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СРЕДНЯЯ ГРУППА №7 (4-5 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.10.</b>	- Приём и осмотр детей, игры; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.20. – 08.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>09.00. – 09.20.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.30. – 09.50.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 10.25.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>10.30. – 11.40.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>11.40. – 12.10.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.10. – 15.10.</b>	- Сон;
<b>15.10. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.40. – 16.20.</b>	- Игровая деятельность детей;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 часа;
- Прогулка – 2 ч 30 мин.;
- ООД по 20 мин. по подгруппам

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СРЕДНЯЯ ГРУППА № 7 (4-5 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.20.</b>	- Прием на улице, осмотр; - самостоятельная игровая деятельность; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.20. - 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.50. - 09.50.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.00. – 10.25.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>10.00. – 11.35.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>11.35. – 12.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.20.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность;
<b>16.20. – 16.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.40. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 ч 20 мин.;

- Прогулка – 3 ч 45 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СТАРШАЯ ГРУППА № 5 (5 – 6 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.20.</b>	Приём детей на улице (при благоприятных погодных условиях); - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
<b>08.20. – 08.30.</b>	- Утренняя гимнастика;
<b>08.30. – 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.50. – 09.00.</b>	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
<b>09.00. – 09.25.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.35. – 10.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>10.05. – 10.15.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.15. – 10.35.</b>	- Индивидуальная работа с детьми;
<b>10.35. – 11.00.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>11.00. – 12.15.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.15. – 12.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.40. – 15.00.</b>	- Сон;
<b>15.00. – 15.15.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
<b>15.15. – 15.30.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.35. – 16.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность
<b>16.00. – 16.30.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.30. – 16.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.50. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 20 мин.;
- Прогулка – 3 ч 00 мин.
- ООД - по 25 мин.;

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СТАРШАЯ ГРУППА № 5 (5 – 6 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.30.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.30. – 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.50. - 10.00.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка;
<b>10.00. – 10.10.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.10. – 10.35.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>10.35. – 11.00.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>11.00. – 12.30.</b>	- Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.30. – 12.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.50. – 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.40.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.40. – 17.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>17.00. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 30 мин.;

- Прогулка – 5 ч 40 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СТАРШАЯ ГРУППА № 6 (5 – 6 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.20.</b>	- Приём детей на улице (при благоприятных погодных условиях); - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
<b>08.20. – 08.30.</b>	- Утренняя гимнастика;
<b>08.30. – 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.50. – 09.00.</b>	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
<b>09.00. – 09.25.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.35. – 10.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>10.10. – 10.20.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.20. – 10.50.</b>	- Индивидуальная работа с детьми;
<b>10.50. – 12.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.00. – 12.30.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>12.30. – 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>13.00. – 15.10.</b>	- Сон;
<b>15.10. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.35.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.35. – 16.00.</b>	- Организованная образовательная деятельность;
<b>16.00. – 16.30.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.30. – 16.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.50. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 10 мин.;
- Прогулка – 2 ч 50 мин.;
- ООД по 25 мин.;

**СТАРШАЯ ГРУППА № 6 (5 – 6 лет)****Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.00.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.20. - 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.50. - 10.00.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка;
<b>10.00. - 10.15.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.15. - 11.00.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>11.00. – 12.00.</b>	- Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>12.00. – 12.30.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>12.30. - 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед;
<b>13.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. - 16.40.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.40. – 17.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин
<b>17.00. - 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 20 мин.;

- Прогулка – 5 ч 15 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 1 (6 – 7 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.05.</b>	Приём детей на улице (при благоприятных погодных условиях); - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.10. – 08.35.</b>	<b>- Офтальмологическое лечение;</b>
<b>08.35. – 08.55.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.55. – 09.00.</b>	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
<b>09.00. - 09.30.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.40. – 10.10.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>10.15. – 10.25.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.25 - 10.50.</b>	- Индивидуальная работа с детьми;
<b>10.50. – 12.20.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.20. – 12.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.50. – 15.00.</b>	- Сон;
<b>15.00. – 15.20.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
<b>15.20. – 15.40.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.40. – 16.10.</b>	- Организованная образовательная деятельность
<b>16.10. – 16.35.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.35. – 17.10.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>17.10. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка (в светлое время года)
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч. 10 мин.;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- ООД по 30 мин.;

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 1 (6 – 7 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.15.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.10. – 08.35.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>08.35. - 09.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>09.00 - 10.10.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>10.10. – 10.20.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.20. - 12.30.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>12.30. - 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед;
<b>13.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.30.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.30. – 16.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.50. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 30 мин.;

- Прогулка – 5 ч 25 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 3 (6 – 7 лет)**  
**Холодный период года**

Время	Содержание
<b>07.30. – 08.05.</b>	Приём детей на улице (при благоприятных погодных условиях); - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика;
<b>08.35. – 08.55.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.55. – 09.00.</b>	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
<b>09.00. - 09.30.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.40. – 10.10.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>10.15. – 10.25.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.25 - 11.00.</b>	- Индивидуальная работа с детьми;
<b>11.10. – 11.35.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>11.35. – 12.30.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.30. – 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>13.00. – 15.10.</b>	- Сон;
<b>15.10. – 15.30.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
<b>15.30. – 15.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.45. – 16.15.</b>	- Организованная образовательная деятельность
<b>16.15. – 16.40.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.40. – 17.10.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>17.10. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка (в светлое время года)
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч. 10 мин.;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- ООД по 30 мин.;

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 3 (6 – 7 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.15.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.15. - 08.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.45. – 10.10.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>10.10. – 10.20.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.20. – 11.00.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>11.10. – 11.35.</b>	- <b>Офтальмологическое лечение;</b>
<b>11.35. - 12.30.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>12.30. - 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед;
<b>13.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.30.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.30. – 16.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.50. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 20 мин.;

- Прогулка – 5 ч 25 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 8 (6 – 7 лет)**  
**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.20.</b>	- Приём детей на улице (при благоприятных погодных условиях); - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
<b>08.20. – 08.30.</b>	- Утренняя гимнастика;
<b>08.30. – 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.50. – 09.00.</b>	- Подготовка к непосредственно образовательной деятельности;
<b>09.00. – 09.30.</b>	- Организованная образовательная деятельность
<b>09.40. – 10.10.</b>	- Организованная образовательная деятельность
<b>10.10. – 10.20.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.20. – 10.50.</b>	- Индивидуальная работа с детьми;
<b>10.50. – 12.25.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>12.25. – 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>13.00. – 15.10.</b>	- Сон;
<b>15.10. – 15.30.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Самостоятельное одевание; - Закаливающие процедуры;
<b>15.30. – 15.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.45. – 16.15.</b>	- Организованная образовательная деятельность;
<b>16.15. – 16.40.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.40. – 17.10.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>17.10. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка; - Возвращение с прогулки.
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч; 10 мин.;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- ООД по 30 мин.;

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 8 (6 – 7 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.20.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.20. - 08.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку; - Завтрак;
<b>08.50. - 10.00.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка;
<b>10.00. - 10.15.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.15. – 12.30.</b>	- Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>12.30. - 13.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду; - Обед;
<b>13.00. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. - 16.45.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.45. – 17.05.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину; - Ужин
<b>17.05. - 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 20 мин.;

- Прогулка – 4 ч 40 мин.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СТАРШАЯ/ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 9 (5 – 7 лет)**

**Холодный период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. – 08.05.</b>	- Приём и осмотр детей, игры; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми;
<b>08.05. – 08.15.</b>	- Утренняя гимнастика;
<b>08.15. – 08.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку. Завтрак;
<b>08.50. – 09.15.</b>	- Организованная образовательная деятельность 1 подгруппы детей;
<b>09.25. – 09.45.</b>	- Организованная образовательная деятельность 2 подгруппы детей;
<b>09.45. – 10.10.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>10.10. - 10.25.</b>	- Второй завтрак;
<b>10.25. – 11.50.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка. - Возвращение с прогулки.
<b>11.50. – 12.30.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду. Обед;
<b>12.30. – 15.00.</b>	- Сон;
<b>15.00. – 15.15.</b>	- Постепенный подъём под музыку; - Закаливающие процедуры;
<b>15.15. – 15.35.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику. Полдник;
<b>15.35. – 16.25.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.25. – 16.45.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.45. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 2 ч 30 мин.;
- Прогулка – 3 ч 15 мин.;
- ООД по 20-25 мин.;

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**СТАРШАЯ/ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 9 (5 – 7 лет)**  
**Тёплый период года**

<b>Время</b>	<b>Содержание</b>
<b>07.30. - 08.30.</b>	- Приём детей на воздухе; - Самостоятельная игровая деятельность детей; - Индивидуальная работа с детьми; - Утренняя гимнастика; - Возвращение с прогулки;
<b>08.30. - 09.00.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к завтраку, завтрак
<b>09.00. - 11.45.</b>	- Подготовка к прогулке; - Прогулка; - Возвращение с прогулки;
<b>09.50. – 10.00.</b>	- Второй завтрак;
<b>11.45. - 12.15.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к обеду, обед;
<b>12.15. - 15.20.</b>	- Сон;
<b>15.20. - 15.30.</b>	- Подъем; - Закаливание;
<b>15.30. - 15.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к полднику; - Полдник;
<b>15.50. – 16.25.</b>	- Самостоятельная игровая деятельность детей;
<b>16.25. – 16.50.</b>	- Личная гигиена; - Подготовка к ужину. Ужин;
<b>16.50. – 18.00.</b>	- Подготовка к прогулке. Прогулка;
<b>18.00. – 18.30.</b>	- Игры. Уход детей домой;

- Сон – 3 ч 05 мин.;

- Прогулка – 5 ч 10 мин.