УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ №100
Кузнецова Л.И.
_____

Распорядок дня на холодный период времени года
в старшей группе № 1 «Бабочки»(5 - 6 лет) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня	
	понедельник, среда, пятница	*вторник, четверг,*
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям. Утренний круг	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия)(общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.35**	**11.20 – 11.45**
Второй завтрак	**10.00 – 10.10**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.10 – 11.10**	**10.10 – 11.20** **10.10 – 11.45**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, беседы, чтение художественной литературы.	**12.10 – 12.25**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.25 – 13.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры.	**15.00 – 15.25**	
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.25 – 15.35**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.35 – 15.50**	
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.50 – 16.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия)	**16.00 – 16.25**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.25 – 17.00**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**17.00 – 18.35**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.35 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
во второй младшей группе № 2 «Звёздочки» (3 – 4 года)
на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры. Утренний круг	**8.00 – 8.30**
Подготовка к завтраку. Завтрак.	**8.30 – 8.50**
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.50 – 9.00**
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.00**
Второй завтрак	**9.50 – 10.00**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.00 – 11.50**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**11.50 – 12.10**
Подготовка к обеду. Обед	**12.10 – 12.35**
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**12.35 – 15.00**
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.00 – 16.45**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**16.45– 18.20**
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.20 – 19.00**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в подготовительной группе № 2 «Карамельки» (6 - 7 лет)
на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня	
	вторник, среда, четверг, пятница	*понедельник*
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям. Утренний круг	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.50**	**11.45 – 12.15**
Второй завтрак	**9.50 – 10.10**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.10 – 12.25**	**10.10 – 11.45**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность,	**12.25 – 12.35**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.35 – 13.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**	
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**	
Организованная образовательная деятельность	**16.00 – 16.30**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.30 – 17.10**	
Подготовка к прогулке. Вечерняя прогулка	**17.10 – 18.45**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.45 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в первой младшей группе № 3 «Карапузики» (2 – 3 года)
на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	**Время в режиме дня**	
	понедельник, среда, пятница	***вторник, четверг***
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.20**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.20 – 8.40**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.40 – 8.50**	
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**8.50 – 9.20**	**11.00 – 11.10**
Самостоятельная, совместная деятельность. Индивидуальная работа с детьми.	**9.20 – 9.50**	
Второй завтрак	**9.30 – 9.40**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**9.50 – 11.10**	**9.50 – 10.45**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**11.10 – 11.35**	**10.45 – 11.00**
Подготовка к обеду. Обед	**11.35 – 12.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**12.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**	
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**	
Занятия по подгруппам	**16.00 – 16.30**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	**16.30 – 17.00**	
Гигиенические процедуры. Подготовка к прогулке. Прогулка	**17.00 – 18.10**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.10 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года в первой младшей группе «Лунтики» № 2 (2 – 3 года) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня	
	понедельник, среда, четверг, пятница	*вторник,*
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.25**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.25 – 8.45**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.45 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность по подгруппам (занятия) (общая длительность, включая перерывы) Совместная деятельность	**9.00 – 9.40**	**8.40 – 8.50**
Второй завтрак	**9.40 – 9.50**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**9.50 – 11.10**	
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**11.10 – 11.35**	
Подготовка к обеду. Обед	**11.35 – 12.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**12.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**	
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**	
Занятия по подгруппам	**16.00 – 16.30**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	**16.30 – 17.00**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**17.00 – 18.10**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.10 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в группе раннего возраста № 1 «Малышок» (1г.6м. до 3 лет)
на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	**Время в режиме дня**
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.20**
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.20 – 8.50**
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.50 – 9.00**
Игра - занятие по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 9.30**
Второй завтрак	**9.40 – 9.50**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**9.50 – 11.10**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**11.10 – 11.35**
Подготовка к обеду. Обед	**11.35 – 12.00**
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**12.00 – 15.00**
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**
Занятия по подгруппам	**16.00 – 16.25**
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	**16.25 – 17.00**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**17.00 – 18.10**
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.10 – 19.00**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в подготовительной группе № 1 «Почемучки» (6 - 7 лет) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	**Время в режиме дня**	
	понедельник, среда, пятница	***вторник, четверг***
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям. Утренний круг	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия)(общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.40**	**9.00 – 10.40** **11.55 – 12.25**
Второй завтрак	**10.10 – 10.10**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.10 – 12.25**	**10.10 – 11.55**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**12.25– 12.35**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.35 – 13.00**	
Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.30**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.30 – 15.50**	
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.50 – 16.00**	
Организованная образовательная деятельность	**16.00 – 16.30**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.30 – 17.10**	
Подготовка к прогулке. Вечерняя прогулка	**17.10 – 18.45**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.45 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в средней группе № 2 «Радуга» (4 – 5 лет) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	**Время в режиме дня**	
	понедельник, среда, пятница	***вторник, четверг***
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям. Утренний круг	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.20**	**10.20 – 10.40** **10.40 – 11.00**
Второй завтрак	**10.00-10.10**	**9.50 -10.00**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.20 – 12.10**	**11.00 – 12.10**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**12.10 – 12.30**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.30 – 12.50**	
Гигиенические процедуры.	**12.50 – 13.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**	
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	**16.00 – 16.45**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**16.45 – 18.20**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.20 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в старшей группе № 2 «Ромашки» (5 - 6 лет) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	**Время в режиме дня**	
	среда, пятница	***понедельник, вторник, четверг***
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Утренний круг. Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия)(общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.35**	**9.00 – 9.25** **11.45 – 12.15**
Второй завтрак	**10.00 – 10.10**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.10 – 12.15**	**10.10 – 11.20** **10.10 – 11.45**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**12.15 – 12.25**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.25 – 13.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.25 – 15.35**	
Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику. Полдник	**15.35 – 15.50**	
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.50 – 16.00**	
Занятия	**16.00 – 16.25**	
Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность. Индивидуальная работа с детьми.	**16.25 – 17.00**	
Подготовка к прогулке. Вечерняя прогулка	**17.00 – 18.40**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.40 – 19.00**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в разновозрастной группе «Светлячки» (4 – 7 лет) на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня
Подъём детей. Гигиенические процедуры	**7.00 – 7.30**
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	**7.00 – 8.00**
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры. Утренний круг	**8.00 – 8.30**
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.50 – 9.00**
Организованная образовательная деятельность (занятия) по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.45**
Второй завтрак	**10.00 – 10.10**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.40 – 12.15**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**12.15 – 12.35**
Подготовка к обеду. Обед	**12.35 – 13.00**
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.25 – 15.35**
Подготовка к полднику. Полдник	**15.35 – 15.50**
Гигиенические процедуры. Дежурство	**15.50 – 16.00**
Организованная образовательная деятельность	**16.00 – 16.25**
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность	**16.25 – 17.00**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**17.00 – 18.30**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	**18.30 – 18.40**
Подготовка к ужину. Ужин	**18.40 – 19.00**
Гигиенические процедуры	**19.00 – 19.10**
Самостоятельная деятельность, чтение, беседы, спокойные игры	**19.10 – 20.45**
Подготовка ко сну. Ночной сон	**20.45 – 7.00**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
во второй младшей группе № 1 «Семицветик» (3 – 4 года)
на 2022 – 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми	**7.00 – 8.00**
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры	**8.00 – 8.30**
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям. Утренний круг.	**8.50 – 9.00**
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.00**
Второй завтрак	**9.50 – 10.00**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.00 – 11.50**
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**11.50 – 12.05**
Подготовка к обеду. Обед	**12.05 – 12.30**
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**12.30 – 15.00**
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.00 – 16.45**
Подготовка к прогулке. Прогулка	**16.45 – 18.25**
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.25 – 19.00**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 100
_____ Кузнецова Л.И.

Распорядок дня на холодный период времени года
в средней группе № 1 «Фиксики» (4 - 5 лет) на 2022– 2023 учебный год

Режимные моменты	Время в режиме дня	
	понедельник, вторник, среда пятница	*четверг*
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми.	**7.00 – 8.00**	
Утренняя гимнастика. Гигиенические процедуры. Утренний круг	**8.00 – 8.30**	
Подготовка к завтраку. Завтрак	**8.30 – 8.50**	
Гигиенические процедуры. Игры, подготовка к занятиям.	**8.50 – 9.00**	
Организованная образовательная деятельность (занятия) (общая длительность, включая перерывы)	**9.00 – 10.10**	**9.00-10.30**
Второй завтрак	**10.10 – 10.20**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**10.30 – 12.10**	
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы. Беседы	**12.10– 12.35**	
Подготовка к обеду. Обед	**12.35 – 13.00**	
Гигиенические процедуры. Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы. Дневной сон	**13.00 – 15.00**	
Постепенный подъём. Закаливающие, гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность.	**15.00 – 15.25**	
Подготовка к полднику. Полдник	**15.25 – 15.50**	
Гигиенические процедуры	**15.50 – 16.00**	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность. Вечерний круг	**16.00 - 16.45**	
Подготовка к прогулке. Прогулка	**16.45 – 18.20**	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	**18.20 – 19.00**	