

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период года)

Мероприятие	Возрастные группы / время проведения				
	1 младшая	2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе подгруппа
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Дома					
Подъем, утренний туалет, закаливание	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
В дошкольном учреждении					
Утренний прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.40
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.40 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности)	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (в перерывах – самостоятельная деятельность детей)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.20 9.35 – 9.55	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
Самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	9.30 – 10.00	9.40 – 10.10	9.50 – 10.15	9.55 – 10.25	
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20	10.15 – 10.25	10.25 – 10.35	10.50 – 11.00
Самостоятельная деятельность детей	10.10 – 10.30	10.20 – 10.35	10.25 – 10.40	10.35 – 10.50	11.00 – 11.10
Прогулка (игры, наблюдения, общественно-полезный труд)	10.30 – 11.45	10.35 – 11.35	10.40 – 11.45	10.50 – 11.55	11.10 – 12.10
Возвращение с прогулки	11.45 – 12.00	11.35 – 11.50	11.45 – 12.00	11.55 – 12.10	12.10 – 12.20
Обед	12.00 – 12.25	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.10 – 12.40	12.20 – 12.50
Самостоятельная деятельность детей	12.25 – 12.30	12.30 – 12.40	12.30 – 12.40	12.40 – 12.50	12.50 – 13.00
Дневной сон	12.30 – 15.30	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливание	15.30 – 15.45	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Полдник	15.45 – 16.00	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.15 – 15.35	15.15 – 15.35
Образовательная деятельность	16.00 – 16.10	-	-	15.35 – 16.00	15.35 – 16.05
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	16.10 – 16.30	15.45 – 16.00	15.45 – 16.15	16.00 – 16.20	16.05 – 16.20
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.00	16.00 – 17.00	16.15 – 17.00	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00
Уход домой					
Дома					
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, самостоятельная деятельность детей	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)
Ночной сон	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30

РЕЖИМ ДНЯ (теплый период года)

Мероприятие	Возрастные группы / время проведения				
	1 младшая	2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Дома					
Подъем, утренний туалет, закаливание	7.30 – 8.00	7.30 -8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
В дошкольном учреждении					
Утренний прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Самостоятельная деятельность детей	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.20
Прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры)	9.20 – 10.20	9.20 – 10.30	9.20 – 10.30	9.20 – 10.30	9.20 – 10.30
Второй завтрак	10.20 – 10.30	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40	10.30 – 10.40
Прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры)	10.30 – 11.45	10.40 – 11.35	10.40 – 11.45	10.40 – 11.55	10.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.45 – 12.00	11.35 – 11.50	11.45 – 12.00	11.55 – 12.10	12.10 – 12.20
Обед	12.00 – 12.20	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.10 – 12.40	12.20 – 12.50
Самостоятельная деятельность детей	12.20 – 12.30	12.30 – 12.40	12.30 – 12.40	12.40 – 12.50	12.50 – 13.00
Дневной сон	12.30 – 15.30	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10	12.50 – 15.10	13.00 – 15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность детей	15.30 – 15.45	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
Полдник	15.45 – 16.00	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	16.00 – 16.15	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 15.55
Прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.15 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	15.55 – 17.00
Уход домой					
Дома					
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, самостоятельная деятельность детей	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)	17.00 – 20.30 (21.00)
Ночной сон	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30	20.30 (21.00) – 07.30

