

Режим дня в первой младшей группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.30
Игры, самостоятельная деятельность	08.30 - 08.50
Подготовка к занятию	08.50 - 09.00
Занятие в игровой форме	09.00 - 09.10
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	09.10 - 09.35
Игры, самостоятельная деятельность	09.35 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	10.00 - 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 - 12.00
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры профилактическая гимнастика	15.00 - 15.20
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.20 - 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, ПОУ	15.40 - 16.20
Занятие в игровой форме	16.20 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	16.30 - 18.30
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>3 часа 40 минут</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>3 часа</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>

Режим дня в смешанной ранней группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.30
Игры, самостоятельная деятельность	08.30 - 08.50
Подготовка к занятию	08.50 - 09.00
Занятие в игровой форме по подгруппам	09.00 - 09.10 09.20 - 09.30
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	09.10 - 09.35
Игры, самостоятельная деятельность	09.35 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	10.00 - 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 - 12.00
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры профилактическая гимнастика	15.00 - 15.20
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.20 - 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, ПОУ	15.40 - 16.00
Занятие в игровой форме	16.00 - 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	16.10 - 18.30
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>4 часа</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>3 часа</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>

Режим дня во 2-й младшей группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, в том числе двигательная деятельность	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Подготовка к занятиям	08.50 - 09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	09.00 - 09.40
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09.15 - 09.25
Подготовка ко второму завтраку, завтрак	09.40 - 09.55
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	09.55 - 11.55
Подготовка к обеду, обед	11.55 - 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры-занятия, досуги, общение, совместная и самостоятельная деятельность по интересам, ПОУ	16.00 - 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	16.50 - 18.20
Игры, уход домой	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>3 часа 30 минут</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>2 часа 30 минут</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>

Режим дня в средней группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, в том числе двигательная деятельность	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Подготовка к занятиям	08.50 - 09.00
Занятия	09.00 - 09.50
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09.20 - 09.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	09.50 - 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки	10.05 - 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 - 15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.20 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, ПОУ	16.00 - 16.30
Гигиенические процедуры, самообслуживание	16.30 - 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	16.50 - 18.30
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>3 часа 45 минут</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>2 часа 30 минут</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>

Режим дня в старшей группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, в том числе двигательная деятельность	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Подготовка к занятиям, трудовые поручения	08.50 - 09.00
Занятия	09.00 - 10.20
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09.25 - 09.35
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	09.35 - 09.50
подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	10.20 - 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12.10 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 12.50
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.50 - 15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.20 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Занятия	16.00 - 16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, ПОУ	16.25 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>3 часа 10 минут</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>2 часа 30 минут</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>

Режим дня в подготовительной к школе группе

Режимные моменты	Время
<i>Холодный период года (сентябрь - май)</i>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, в том числе двигательная деятельность	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Подготовка к занятиям, трудовые поручения	08.50 - 09.00
Занятия	09.00 - 11.00
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09.30 - 09.40 10.10 - 10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 - 10.25
подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, двигательные игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	11.00 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 13.00
Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00 - 15.30
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.30 - 15.40
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.40 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, ПОУ	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка на свежем воздухе (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00
<i>Продолжительность ежедневных прогулок</i>	<i>3 часа</i>
<i>Продолжительность дневного сна</i>	<i>2 часа 30 минут</i>
<i>Суммарный объем двигательной активности</i>	<i>не менее 4 часов</i>