

**Режим дня на холодный период
во второй младшей группе**

Режимные моменты	П-я мл. гр
Подъём, утренний туалет, выход из дома	6.00 – 6.30
В ДОУ:	
Приём, самостоятельная деятельность	6.30 -8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.35
Самостоятельная деятельность	8.35-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.45
Второй завтрак	9.45- 9.55
Подготовка к прогулке	9.55-10.00
Прогулка	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,	15.00-15.30
Игры, студийная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей.	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	15.55- 16.10
Подготовка к ужину, ужин.	16.10-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.45
Уход детей домой	До 18.30
Дома:	
Прогулка с детьми	До 19.30
Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30

**Режим дня на холодный период
в средней группе**

Режимные моменты	Время
Подъём, утренний туалет, выход из дома	6.00 – 6.30
В ДОУ:	
Приём, самостоятельная деятельность	6.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45
Самостоятельная деятельность	8.45-9.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00- 10.10
Подготовка к прогулке	10.10-10.15
Прогулка	10.15-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,	15.00-15.30
Игры, студийная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей.	15.30-16.15
Чтение художественной литературы	16.00- 16.15
Подготовка к ужину, ужин.	16.15-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.30
Уход детей домой	До 18.30
Дома:	
Прогулка с детьми	До 19.30
Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30

**Режим дня на холодный период
в старшей группе**

Режимные моменты	Время
Подъём, утренний туалет, выход из дома	6.00 – 6.30
В ДОУ:	
Приём, самостоятельная деятельность	6.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-10.30
Второй завтрак	10.30- 10.35
Подготовка к прогулке	10.35-10.45
Прогулка	10.45-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,	15.00-15.30
Игры, студийная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей.	15.30-16.25
Чтение художественной литературы	16.05- 16.25
Подготовка к ужину, ужин.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.30
Уход детей домой	До 18.30
Дома:	
Прогулка с детьми	До 19.30
Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30

**Режим дня на холодный период
в подготовительной к школе группе**

Режимные моменты	Время
Подъём, утренний туалет, выход из дома	6.00 – 6.30
В ДОУ:	
Приём, самостоятельная деятельность	6.30-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.55
Самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-11.05
Второй завтрак	11.05- 11.10
Подготовка к прогулке	11.10-11.15
Прогулка	11.15-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,	15.00-15.30
Игры, студийная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей.	15.30-16.30
Чтение художественной литературы	16.10- 16.30
Подготовка к ужину, ужин.	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.30
Уход детей домой	До 18.30
Дома:	
Прогулка с детьми	До 19.30
Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30

Режим дня (тёплый период года)

<i>Дома :</i>	выпускная	младшая	средняя	старшая
Подъём, утренний туалет	6-6.30	6-6.30	6-6.30	6-6.30
<i>В детском саду:</i>				
Приём на участке, игры, утренняя гимнастика (для I- мл. группы : приём, утренний фильтр, игры в группе)	6.30 – 8.00	6.30 – 8.10	6.30 – 8.25	6.30 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.00 – 8.30	8.10 – 8.35	8.25- 8.55	8.35 – 9.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.55 – 9.10	9.00 – 9.10
Второй завтрак	9.25- 9.35	9.45- 9.55	10.00- 10.10	10.30- 10.35
Прогулка: занятия, развлечения, игры, наблюдения, труд, индивид. Работа, воздушные, солнечные ванны.	9.00 – 11.00	9.00 – 11.10	9.10 – 11.20	9.10 – 11.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры.	11.00 – 11.20	11.10 - 11.30	11.20 – 11.40	11.30 – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	11.20 – 12.00	11.30 – 12.00	11.40 – 12.10	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00	12.10 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,.	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность с детьми.	15.15 – 15.50	15.15 – 16.15	15.15 – 16.20	15.15 – 16.25
Подготовка к ужину, ужин	16.00 – 16.30	16.20 – 16.40	16.25 – 16.45	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.20 - 18.30	16.35 – 18.30	16.40 – 18.30	16.45 – 18.30
<i>Дома:</i>				
Прогулка	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.30
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры.	20.00 – 20.35	20.00 – 20.35	20.00 – 20.35	20.30 – 21.00
Укладывание, ночной сон.	20.35 – 6.30	20.35 – 6.30	20.35 – 6.30	21.00 – 6.30