



Режим дня в холодный период

Режимные процессы/ характер деятельности	1 младшая группа	2 младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготови- тельная группа
	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр	7:00-8:00	7:00-8:00	7:00-8:00	7:00-8:00	7:00-8:00
Самостоятельная деятельность	-	-	-	8:00-8:10	8:00-8:10
Утренняя гимнастика	8:00-8:10	8:00-8:10	8:00-8:10	8:10-8:20	8:10-8:20
Гиг. процедуры, самообслуживание	8:10-8:20	8:10-8:20	8:10-8:20	8:20-8:30	8:20-8:30
Подготовка к приему пищи: прием пищи (завтрак)	8:20-8:50	8:20-8:50	8:20-8:50	8:30-9:00	8:30-9:00
Самостоятельная игровая деят-сть по собственному выбору детей (своб. время)	8:50-9:00	8:50-9:00	8:50-9:00	-	-
Занятие № 1	9:00-9:10	9:00-9:15	9:00-9:20	9:00-9:25	9:00-9:30
Перерыв между занятиями	9:10-9:20	9:15-9:25	9:20-9:30	9:25-9:35	9:30-9:40
Занятие № 2	9:20-9:30	9:25-9:40	9:30-9:50	9:35-10:00	9:40-10:10
Перерыв между занятиями:	-	-	-	-	10:10-10:20
Занятие № 3 (если не предусмотрено во вторую половину дня)	-	-	-	-	10:20-10:50
Подготовка к приему пищи: прием пищи (второй завтрак)	9:30-9:45	9:40-9:50	9:50-10:00	10:00-10:10	10:50-11:00
Гиг. процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	9:45-10:15	9:50-10:10	10:00-10:20	10:10-10:20	11:00-11:10
Подготовка к прогулке, прогулка	10:15-11:10	10:10-11:40	10:20-11:40	10:20-12:00	11:10-12:00
Возвращение с прогулки, гиги. процедуры, самообслуживание	11:10-11:30	11:40-12:00	11:40-12:00	12:00-12:10	12:00-12:10
Подготовка к приему пищи, прием пищи (обед)	11:30-12:00	12:00-12:30	12:00-12:30	12:10-12:40	12:10-12:40
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00-15:00	12:30-15:00	12:30-15:00	12:40-15:10	12:40-15:10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры	15:00-15:15	15:00-15:15	15:00-15:15	15:10-15:15	15:10-15:15
Самостоятельная игровая деятельность детей	15:15-15:50	15:15-15:55	15:15-16:00	15:15-15:40	15:15-15:40
Занятие № 3	-	-	-	15:40-16:05	15:40-16:05
Подготовка к приему пищи; прием пищи (уплотненный полдник)	15:50-16:20	15:55-16:25	16:00-16:30	16:05-16:35	16:10-16:40
Подготовка к прогулке, прогулка	16:20-19:00	16:25-19:00	16:30-19:00	16:35-19:00	16:40-19:00
Ужин	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00
Уход воспитанников из детского сада	до 19:00	до 19:00	до 19:00	до 19:00	до 19:00