Примерный режим дня детей от двух лет до школы в холодный период года

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные процессы | 1-я младшая | 2-я младшая | средняя | старшая | подготовительная |
| Приём, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 |
| Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика | 8.00 - 8.05 | 8.00 - 8.50 по расписанию | | | |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.05 - 8.50 | 8.20 - 8.55 | 8.25 - 8.55 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Подготовка (создание мотивации) к образовательной деятельности | 8.50 - 9.00 | 8.55 - 9.00 | 8.55 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 |
| Организованная, проведение НОД | 9.00 - 9.30 | 9.00 - 9.40 | 9.00 - 10.00 | 9.00 - 10.30 | 9.00 - 11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30 - 11.00 | 9.40 - 11.10 | 10.00 - 11.50 | 10.30 - 12.25 | 11.00 - 12.35 |
| Возвращение с прогулки | 11.00 - 11.55 | 11.10 - 12.00 | 11.50 - 12.15 | 12.25 - 12.40 | 12.35 - 12.45 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.55 - 12.30 | 12.00 - 12.40 | 12.15 - 12.50 | 12.40 - 13.00 | 12.45 - 13.15 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.30 - 15.00 | 12.40 - 15.00 | 12.50 - 15.00 | 13.00 - 15.00 | 13.15 - 15.00 |
| Подъём, закаливающие процедуры | 15.00 - 15.15 | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15 - 15.25 | 15.25 - 15.50 | 15.25 - 15.50 | 15.25 - 15.40 | 15.25 - 15.40 |
| Кружковая, игровая,  самостоятельная  деятельность | 15.25 - 16.15 | 15.50 - 16.35 | 15.50 - 16.30 | 15.40 - 16.20 | 15.40 - 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.15 - 17.00 | 16.35 - 17.10 | 16.30 - 17.20 | 16.20 - 17.20 | 16.30 - 17.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00 - 17.30 | 17.10 - 17.20 | 17.20 - 17.50 | 17.20 - 17.50 | 17.20 - 17.50 |
| Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа. Уход детей домой | 17.30 - 18.00 | 17.20 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 – 18.00 |

Примерный режим дня детей от трех лет до школы в теплый период года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные процессы | 2-я младшая | средняя | старшая | подготовительная |
| Приём, индивидуальная работа с детьми (на воздухе - по погоде) | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 | 7.30 - 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 - 8.05 | 8.00 - 8.07 | 8.10 - 8.20 | 8.20 - 8.30 |
| Подготовка к завтраку | 8.10 - 8.20 | 8.07 - 8.25 | 8.20 - 8.30 | 8.30 - 8.37 |
| Завтрак | 8.20 - 8.55 | 8.25 - 8.55 | 8.30 - 8.55 | 8.37 - 8.50 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Развивающе - досуговые мероприятия, игры | 8.55 - 9.30 | 8.55 - 9.40 | 8.55 - 10.35 | 8.50 - 10.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30 - 11.30 | 9.40 - 11.50 | 10.35 - 12.25 | 10.50 - 12.35 |
| Возвращение с прогулки | 11.30 - 12.00 | 11.50 - 12.00 | 12.25 - 12.40 | 12.35 - 12.45 |
| Культурно - гигиенические процедуры, обед | 12.00 - 12.40 | 12.00 - 12.50 | 12.40 - 13.00 | 12.45 - 13.15 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.40 - 15.00 | 12.50 - 15.00 | 13.00 - 15.00 | 13.15 - 15.00 |
| Подъём, динамический час, культурно - гигиенические процедуры | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 | 15.00 - 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 - 15.50 | 15.25 - 15.50 | 15.25 - 15.40 | 15.25 - 15.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 15.50-17.00 | 15.50-17.00 | 15.50-17.00 | 15.50-17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00-17.30 | 17.00-17.30 | 17.00-17.30 | 17.00-17.30 |
| Уход детей домой | 17.30-18.00 | 17.30-18.00 | 17.30-18.00 | 17.30-18.00 |