

Режим дня на холодный период

Режимные моменты:	Первая-вторая группа раннего возраста (12 час.)		Младшая – средняя группа (12 час.)		Старшая-подготовительная к школе группа (10,5 час.)	
	В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ					
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	6.00-8.20	6.00-8.10	6.00-7.55		7.00-8.15	
Утренняя гимнастика		8.10-8.20 (10 мин. группа)	7.55-8.05 (10 мин. спортивный зал)		8.15-8.25 (10 мин. спортивный зал)	
Самостоятельная деятельность детей, игры, индивидуальная работа с воспитанниками			8.05-8.20			
Подготовка к завтраку	8.20-8.30		8.20-8.30		8.25-8.30	
Завтрак	8.30-8.55		8.30-8.50		8.30-8.55	
Самостоятельная деятельность, игры	8.55-9.00	8.55-9.20		8.50-9.10	8.55-9.05	
Занятие	1 п. 9.00-9.10	2 п. 9.20-9.30	8.50-9.05	9.10-9.35	9.05-9.30	9.05-9.35
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-9.40	9.30-10.00	9.05-9.45	9.35-10.05	9.30-9.45	9.35-9.45
Занятие	1 п. 9.40-9.50	2 п. 10.00-10.10	9.45-10.00	10.05.-10.20	9.45-10.10 Понедельник Вторник Среда Четверг	9.45-10.15
Игры, самостоятельная деятельность	9.50-10.30	10.10-10.30	10.00-10.30	10.20-10.30	10.10-10.30 Понедельник Вторник Среда Четверг 9.30-10.30 Пятница	10.15-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40		10.30-10.40		10.30-10.40	
Физкультурное занятие на воздухе					11.20-11.45 Пятница	11.20-11.50 Пятница
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.50 1ч. 10м.		10.40-11.50 1ч. 10м.		10.40-11.55 1ч. 15м.	
Возвращение с прогулки	11.50-12.00		11.50-12.00		11.55-12.00	
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20		12.00-12.20		12.00-12.20	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20 3ч.		12.20-15.20 3ч.		12.20-14.50 2ч.30м.	
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.30		15.20-15.30		14.50-15.30 Понедельник Пятница 14.50-15.00 Вторник Среда Четверг	14.50-15.30 Понедельник Пятница 15.50-15.00 Вторник Среда Четверг
Занятие					15.00-15.25 Вторник Среда Четверг	15.00-15.30 Вторник Среда Четверг
Игры, самостоятельная деятельность детей					15.25-15.30 Вторник Среда Четверг	
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00		15.30-16.00		15.30-15.45	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	16.00-18.00 2ч. 00м.		16.00-18.00 2ч. 00м.		15.45-17.30 1ч.45м.	
РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА						
Прогулка, подготовка к ужину, ужин	18.00-20.00		18.00-20.00		17.30-20.15	
Спокойные игры, гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.00-20.30		20.00-20.30		20.15-20.45	
Ночной сон	20.30-6.00 (7.00)		20.30-6.00 (7.00)		20.45-6.00 (7.00)	

