

РЕЖИМ ДНЯ
Холодный период

Виды деятельности	Группа раннего возраста		Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная к школе группа	
	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
В образовательном учреждении										
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.30-08.00	30	07.30-08.00	30	07.30-08.00	30	07.30-08.10	40	07.30-08.20	50
Утренняя гимнастика	-	-	08.00-08.10	10	08.00-08.10	10	08.10-08.20	10	08.20-08.30	10
Самообслуживание. Дежурство (вводится со средней группы – вторая половина учебного года)	-	-	-	-	08.10-08.15	5	08.20-08.30	-	08.30-08.35	-
Культурно-гигиенические процедуры	08.00-08.15	15	08.10-08.20	10	08.15-08.25	10	08.20-08.30	10	08.30-08.35	5
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.15-08.35	20	08.20-08.40	20	08.25-08.45	20	08.30-08.45	15	08.35-08.45	10
Самостоятельная деятельность. Игры	08.35-08.50	15	08.40-09.20	15	08.45-09.00	15	08.45-09.00	15	08.45-09.00	15
НОД	Непосредственно образовательная деятельность	10	09.20-10.00	15	09.00-09.50	20	09.00-10.00	25	09.00-10.50	30
		10		15		20		20		
		10		10		10		15		20
Перерывы между		10		10		10		15		20
Второй завтрак	09.20-09.30	10	10.00-10.10	10	10.00-10.10	10	10.00-10.10	10	10.10-10.20	10

Подготовка к прогулке. Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д.	09.30-11.20	110	10.10-11.35	85	10.10-11.55	105	10.10-12.05	115	10.50-12.10	80
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.20-11.30	10	11.35-11.45	10	11.55-12.05	10	12.05-12.15	10	12.10-12.20	10
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.10	40	11.45-12.30	45	12.05-12.40	35	12.15-12.50	35	12.20-12.55	35
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.10-12.30	20	12.30-12.55	25	12.40-13.00	20	12.50-13.00	10	12.55-13.05	10
Дневной сон	12.30-15.00	150	12.55-15.00	125	13.00-15.00	120	13.00-15.00	120	13.05-15.00	115
Постепенный подъём. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.00-15.20	30	15.00-15.15	15	15.00-15.15	15	15.00-15.15	15	15.00-15.20	20
Самостоятельная деятельность. Игры. Занятия в кружках. Чтение художественной литературы.	15.20-15.30	10	15.15.-15.45	30	15.15-15.40	25	15.15-15.45	30	15.20-16.00	40
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-15.45	15	15.45-16.05	20	16.00-16.20	20	16.10-16.30	20	16.20-16.35	15
Непосредственно образовательная деятельность	15.45-16.15	10	16.05-16.20	15	15.40-16.00	20	15.45-16.10	25	-	-
		10								
Чтение художественной литературы.	-	-	16.20-16.30	10	16.20-16.35	15	-	-	16.00-16.20	20
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры.	16.15-17.30	75	16.30-17.50	80	16.35-17.50	75	16.30-17.55	85	16.35-17.55	90
Возвращение с прогулки,	17.30-18.00	30	17.50-18.00	10	17.50-18.00	10	17.55-18.00	5	17.55-18.00	5

самостоятельная деятельность. Уход домой.										
Общий подсчет	На непосредственно образовательную деятельность		20/ 10+10		30/ 30+ 15		40/ 40+ 20		45/ 45+2 5	90
	На прогулку		185		165		180		200	170
	На самостоятельную деятельность (без учёта времени на самостоятельные игры на прогулке)		180		155		145		150	175
Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры.		18.00-20.40		18.00-20.40		18.00-20.40		18.00-20.40		18.00-20.40
Ночной сон		20.40-06.30		20.40-06.30		20.40-06.30		20.40-06.30		20.40-06.30

РЕЖИМ ДНЯ
Теплый период

Виды деятельности	Группа раннего возраста		Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа	
	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
В образовательном учреждении								
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.30-08.00	30	07.30-08.00	30	07.30-08.00	30	07.30-08.10	40
Утренняя гимнастика	-	-	08.00-08.10	10	08.00-08.10	10	08.10-08.20	10
Самообслуживание. Дежурство (вводится со средней группы – вторая половина учебного года)	-	-	-	-	08.10-08.15	5	08.20-08.30	-
Культурно-гигиенические процедуры	08.00-08.15	15	08.10-08.20	10	08.15-08.25	10	08.20-08.30	10
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.15-08.45	30	08.20-08.40	20	08.25-08.50	25	08.30-08.45	15
Самостоятельная деятельность. Игры	08.45-09.15	30	08.40-09.20	40	08.50-09.00	10	08.45-09.00	15
Второй завтрак	10.00-10.10	10	10.00-10.10	10	10.00-10.10	10	10.00-10.10	10

Подготовка к прогулке. Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д.	09.15-11.20	125	09.20-11.40	140	9.00-11.50	170	09.00-12.05	185
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.20-11.35	15	11.40-11.55	15	11.50-12.05	10	12.05-12.15	10
Подготовка к обеду. Обед.	11.35-12.20	45	11.55-12.30	35	12.05-12.40	35	12.15-12.50	35
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.20-12.30	20	12.30-12.45	15	12.40-13.00	20	12.50-13.00	10
Дневной сон	12.30-15.00	150	12.45-15.00	135	13.00-15.00	120	13.00-15.00	120
Постепенный подъём. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.00-15.20	30	15.00-15.15	15	15.00-15.15	15	15.00-15.15	15
Самостоятельная деятельность. Игры. Чтение художественной литературы.	15.20-15.30	10	15.15.-15.35	20	15.15-15.40	25	15.15-15.50	35
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-15.50	20	15.35-16.00	25	15.40-16.00	20	15.50-16.10	20
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по	16.15-18.00	105	16.00-18.00	120	16.00-18.00	120	16.10-18.00	110

основным движениям. Самостоятельные игры. Уход домой.								
	На прогулку		230		260		290	295
	На самостоятельную деятельность (без учёта времени на самостоятельные игры на прогулке)		150		145		120	135
Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон		18.00-20.40		18.00-20.40		18.00-20.40		18.00-20.40
		20.40-06.30		20.40-06.30		20.40-06.30		20.40-06.30

