

РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА:
вторая группа раннего возраста
(возраст 2-3 года)

Дома:	
6.30-7.30 подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении:	
7.00 - 8.00	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность детей.
8.05 - 8.15	Подготовка к завтраку
8.15 - 8.30	<u>I Завтрак</u>
8.30 - 8.45 8.45 - 9.00	Организованная образовательная деятельность по подгруппам.
9.00 - 9.10	<u>II Завтрак</u>
9.10 - 9.30	Подготовка к прогулке.
9.30 - 11.20	Прогулка.
11.20 - 11.45	Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду
11.45 - 12.20	<u>Обед.</u>
12.20 - 12.30	Спокойные игры. Подготовка ко сну.
12.30 - 15.00	Дневной сон
15.00 - 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры.
15.10 - 15.20	Подготовка к полднику
15.20 - 15.35	<u>Полдник с включением блюд ужина</u>
15.25 - 16.15	Игровая самостоятельная деятельность детей.
15.45-16.00 16.00-16.15	Организованная образовательная деятельность по подгруппам
16.15 - 16.30	Подготовка к прогулке.
16.30 - 17.30	Прогулка.
17.30	Уход детей домой
ДОМА:	
17.30 - 19.30	Прогулка с родителями.
19.30 - 20.30	Возвращение с прогулки домой, спокойные игры, гигиенические процедуры, укладывание спать. Сонник.
20.30 - 6.30 (7.30)	Ночной сон ребенка.

РЕЖИМ ДНЯ

В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

младшая группа (возраст 3 - 4 лет)

Дома:	
6.30-7.30 подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении:	
7.00 - 8.20	Прием и осмотр детей, игры деятельность детей, дежурство по группе, ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика.
8.10 - 8.20	Подготовка к завтраку
8.20 - 8.40	<u>I Завтрак</u>
8.40 - 9.00	Игровая деятельность детей
9.00 - 10.00	Непрерывная образовательная деятельность (занятия, организованная педагогами).
10.00 - 10.10	<u>II Завтрак</u>
10.10 - 12.05	Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдения, труд)
12.05 - 12.15	Возвращение с прогулки. Плавание в бассейне*.
12.15 - 12.25	Подготовка к обеду
12.25 - 12.45	<u>Обед</u>
12.45 - 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 - 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.
15.10 - 15.25	Чтение художественной литературы.
15.25 - 15.35	Подготовка к (полднику) ужину.
15.35 - 15.50	<u>Полдник с включением блюд ужина</u>
15.50 - 16.20	Игровая самостоятельная деятельность детей.
16.20 - 16.30	Подготовка к прогулке
16.30 - 17.30	Прогулка.
17.30	Уход детей домой.
17.30 - 19.00	Работа дежурной группы
ДОМА:	
19.00 - 20.00	Прогулка с родителями.
20.00 - 20.30	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры, укладывание спать. Сонник.
20.30 - 6.30 (7.30)	Ночной сон ребенка.

РЕЖИМ ДНЯ

В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА:

средняя группа (возраст 4 - 5 лет)

Дома:	
6.30-7.30 подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении:	
7.00 - 8.15	Прием и осмотр детей, игры деятельность детей, дежурство по группе, ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика.
8.15 - 8.25	Подготовка к завтраку
8.25 - 8.45	<u>I Завтрак</u>
8.45 - 9.10	Игровая и самостоятельная деятельность детей
9.10 - 10.00	Непрерывная образовательная деятельность (занятия, организованная педагогами).
10.00 - 10.10	<u>II Завтрак</u>
10.10 - 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдения, труд)
12.10 - 12.20	Возвращение с прогулки. Плавание в бассейне*.
12.20 - 12.30	Подготовка к обеду
12.30 - 12.50	<u>Обед</u>
12.50 - 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 - 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.
15.10 - 15.30	Чтение художественной литературы.
15.30 - 15.40	Подготовка к (полднику) ужину.
15.40 - 15.55	<u>Полдник с включением блюд ужина</u>
15.55 - 16.25	Игровая самостоятельная деятельность детей.
16.25 - 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 - 17.30	Прогулка.
17.30	Уход детей домой.
17.30 - 19.00	Работа дежурной группы (прогулка, игры)
ДОМА:	
19.00 - 20.00	Прогулка с родителями.
20.00 - 20.30	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры, укладывание спать. Сонник.
20.30 - 6.30 (7.30)	Ночной сон ребенка.

РЕЖИМ ДНЯ

В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА:

старшая группа (возраст 5 - 6 лет)

Дома:	
6.30-7.30 подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении:	
7.00 - 8.20	Прием и осмотр детей, игры деятельность детей, дежурство по группе, ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика.
8.20 - 8.30	Подготовка к завтраку
8.30 - 8.50	<u>I Завтрак</u>
8.50 - 9.10	Игровая и самостоятельная деятельность детей
9.10 - 10.30	Непрерывная образовательная деятельность (занятия, организованная педагогами).
10.30 - 10.40	<u>II Завтрак</u>
10.40 - 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдения, труд)
12.30 - 12.40	Возвращение с прогулки. Плавание в бассейне*.
12.40 - 12.50	Подготовка к обеду
12.50 - 13.10	<u>Обед</u>
13.10 - 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 - 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.
15.10 - 15.35	Чтение художественной литературы.
15.35 - 15.45	Подготовка к (полднику) ужину.
15.45 - 16.05	<u>Полдник с включением блюд ужина</u>
16.05 - 16.25	Игровая самостоятельная деятельность детей.
16.25 - 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 - 17.30	Прогулка.
17.30	Уход детей домой.
17.30 - 19.00	Работа дежурной группы (прогулка, игры)
ДОМА:	
19.00 - 20.00	Прогулка с родителями.
20.00 - 20.30	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры, укладывание спать. Сонник.
20.30 - 6.30 (7.30)	Ночной сон ребенка.

РЕЖИМ ДНЯ

В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА:

Подготовительная группа (возраст 6 - 7 лет)

Дома:	
6.30-7.30 подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении:	
7.00 - 8.20	Прием и осмотр детей, игровая деятельность детей, дежурство по группе, ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика.
8.30 - 8.40	Подготовка к завтраку
8.40 – 8.55	<u>I Завтрак</u>
8.55 - 9.00	Подготовка к непрерывной образовательной деятельности.
9.00 - 10.50	Непрерывная образовательная деятельность (занятия, организованная педагогами).
10.50 - 11.00	<u>II Завтрак</u>
11.00 - 12.40	Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдения, труд)
12.40 - 12.50	Возвращение с прогулки. Плавание в бассейне*.
12.50 – 13.00	Подготовка к обеду
13.00 – 13.15	<u>Обед</u>
13.15 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.
15.10 -15.40	Чтение художественной литературы.
15.40– 15.50	Подготовка к (полднику) ужину.
15.50 -16.10	<u>Полдник с включением блюд ужина</u>
16.10 - 16.25	Игровая самостоятельная деятельность детей.
16.25 - 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 – 17.30	Прогулка.
17.30	Уход детей домой.
17.30 – 19.00	Работа дежурной группы (прогулка, игры)
ДОМА:	
19.00 - 20.00	Прогулка с родителями.
20.00 – 20.30	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры, укладывание спать. Сонник.
20.30 – 6.30 (7.30)	Ночной сон ребенка.