

## Режим дня воспитанников на холодный период

| Режимные моменты                                                                                    | На холодный период |                                           |            |            |             |             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------|------------|------------|-------------|-------------|
|                                                                                                     | от 1 до 3          |                                           | от 3 до 5  |            | от 5 до 7   |             |
|                                                                                                     | 1-1г.6м            | 1г.6м - 3                                 | 3-4 года   | 4-5 лет    | 5-6 лет     | 6-7 лет     |
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность                            | 7.00-8.00          |                                           | 7.00-8.10  |            | 7.00-8.20   |             |
| Утренняя гимнастика                                                                                 |                    | 8.00 – 8.10                               | 8.15-8.25  |            | 8.25-8.35   |             |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                      | 8.10 – 8.30        |                                           | 8.25-8.50  |            | 8.35-8.55   |             |
| Самостоятельная деятельность, подготовка к непосредственно-образовательной деятельности             | 8.30-9.25          | 8.30 – 8.55                               | 8.50-9.00  |            | 8.55-9.00   |             |
| Непосредственно-образовательная деятельность (с 10-минутным перерывом между занятиями)<br>I занятие |                    | 8.55-9.05<br>9.15-9.25<br>(по подгруппам) | 9.00-9.15  | 9.00-9.20  | 9.00-9.25   | 9.00-9.30   |
| II занятие                                                                                          |                    | 15.20-15.30-<br>15.40 (по подгруппам)     | 9.30-9.45  | 9.30-9.50  | 9.40-10.00  | 9.40-10.10  |
| III занятие (может проводиться во II половину дня)                                                  |                    | --                                        | --         | --         | --          | 10.20-10.50 |
| Второй завтрак                                                                                      | 9.25               |                                           | 9.25       |            | 9.30        |             |
| Подготовка ко сну, I сон                                                                            | 9.30-11.30         | --                                        |            | --         | --          |             |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)                                      | --                 | 9.30–10.50                                | 9.45-11.20 | 9.50-11.20 | 10.00-12.00 | 10.50-12.00 |

|                                                                                                           |                            |               |               |               |               |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--|
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед                                                          | --                         | 10.50 – 11.50 | 11.20 - 12.00 | 11.20 - 12.20 | 12.00 - 12.30 |  |
| Постепенный подъем, обед                                                                                  | 11.30-12.00                | --            |               | --            | --            |  |
| Самостоятельная деятельность                                                                              | 12.00-12.15                | --            |               | --            | --            |  |
| Подготовка и проведение игры-занятия (по подгруппам)                                                      | 12.15-12.25<br>12.35-12.45 | --            |               | --            | --            |  |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                           | 12.45-14.15                | --            |               | --            | --            |  |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                                            | --                         | 11.50 – 15.00 | 12.00 - 15.00 | 12.20 - 15.00 | 12.30-15.00   |  |
| Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, бодрящая гимнастика, игры                               | --                         | 15.00 – 15.10 | 15.00-15.10   |               | 15.00-15.10   |  |
| Полдник                                                                                                   | 14.20-14.30                | 15.10 – 15.20 | 15.10-15.20   |               | 15.10-15.20   |  |
| Подготовка ко сну, 2 сон                                                                                  | 14.30-16.00                | --            | --            |               | --            |  |
| Индивидуальная педагогическая работа, игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность | --                         | 15.20-16.00   | 15.20-16.10   |               | 15.20-16.20   |  |
| Подготовка к ужину, ужин                                                                                  | 16.00-16.30                | 16.00 – 16.30 | 16.10-16.40   |               | 16.20-16.45   |  |
| Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, игры                                               | 16.30-17.00                | 16.30 – 17.00 | 16.40-17.00   |               | 16.45-17.00   |  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, прогулка                                                                 | 17.00–18.00                | 17.00–18.00   | 17.00–18.00   |               | 17.00–18.00   |  |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                                                      | 18.00 - 18.40              | 18.00 - 18.40 | 18.00 - 18.40 |               | 18.00 - 18.40 |  |
| Уход домой                                                                                                | до 19.00                   | до 19.00      | до 19.00      |               | до 19.00      |  |