**Режим дня II младшей группы (3-4 года)**

## Холодный период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика | 07.00 – 08.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.20 – 08.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 08.40 – 09.20 |
| Организованная детская деятельность | 09.20 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке***,*** прогулка | 10.00 –11.30 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 11.30 –12.00 |
| Обед | 12.00 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика,  | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.50 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.00 – 17.30 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 –06.30 (07.30) |

## Теплый период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| На улице:приём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.00 – 08.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.20 – 08.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке | 08.45 –09.35 |
| Прогулка. Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры | 09.35 – 11.35 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры  | 11.35 – 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон  | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, полдник | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 – 15.50 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 15.35 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.00 – 17.30 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30 (07.30) |

**Режим дня средней группы (4-5 лет)**

## Холодный период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём детей и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика | 07.00 – 08.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.20 – 08.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 08.40 – 09.10 |
| Организованная детская деятельность | 09.10 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.00 –11.45 |
| Возвращение с прогулки | 11.45 –12.05 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.05 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.35 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.50 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00 – 17.00 |
| Игры, уход детей домой | 17.00– 17.30 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 –06.30 (07.30) |

## Теплый период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | **Время проведения** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| На улице: приём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.30 - 08.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.20 – 08.55 |
| Игры, подготовка к прогулке | 08.55 – 09.30 |
| Прогулка:игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры | 09.30 – 11.50 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 11.50 – 12.25 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.25 – 12.55 |
| Подготовка к дневному сну, сон  | 12.55 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, полдник | 15.00 – 15.45 |
| Самостоятельная деятельность | 15.45 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00 – 17.00 |
| Игры, уход детей домой  | 17.00 – 17.30 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 –06.30 (07.30) |

**Режим дня старшей группы (5-6 лет)**

*Холодный период года*

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| Дома |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| В дошкольном учреждении |  |
| Приём и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика, дежурство | 07.00 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 08.50 – 09.00 |
| Организованная детская деятельность | 09.00 - 09.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.25 – 12.10 |
| Возвращение с прогулки | 12.10– 12.25 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.25 – 12.55 |
| Подготовка к дневному сну, сон  | 12.55 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика. Полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.30 – 15.40 |
| Подготовка к занятию, занятие | 15.40 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00 – 17.00 |
| Игры, уход детей домой | 17.00 – 17.30 |
| Дома |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 – 06.30 (07.30) |

## Теплый период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| Дома |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| В дошкольном учреждении |  |
| На улице: приём детей, игры, утренняя гимнастика  | 07.00 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.55 |
| Подготовка к прогулке | 08.55 – 09.05 |
| Прогулка: игры, наблюдения, занятия, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры | 09.05 – 12.20  |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.20 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 13.00– 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Прогулка: игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 15.30 – 17.30 |
| Дома |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 – 6.30 (7.30) |

**Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)**

## Холодный период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| Дома |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| В дошкольном учреждении |  |
| Приём и осмотр детей, игры, дежурство, утренняя гимнастика | 07.00 – 08.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.35 – 08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 08.50 – 09.00 |
| Организованная детская деятельность | 09.00 – 10.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.50 – 12.30 |
| Возвращение с прогулки | 12.30 – 12.50 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.50 – 13.15 |
| Подготовка к дневному сну, сон  | 13.15 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, полдник | 15.00 – 15.35 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.35 – 15.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 15.45 – 17.30 |
| Дома |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.30 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 –06.30 (07.30) |

## Теплый период года

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| Дома |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| В дошкольном учреждении |  |
| На улице*:*приём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.00 – 08.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.35 – 08.55 |
| Подготовка к прогулке | 08.55 – 09.05 |
| Прогулка: игры, наблюдения, занятия, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры | 09.05 – 12.20  |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.20 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 13.00– 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, полдник | 15.00 – 15.35 |
| Прогулка: игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 15.35 – 17.30 |
| Дома |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 17.20 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 –06.30 (07.30) |