

## РЕЖИМ ДНЯ

1-ая младшая группа (с 1 года до 3 лет)  
(холодный период года)

Виды деятельности	Время проведения
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.00</b>
Утренняя гимнастика/музыкально-ритмические игры	<b>8.00 – 8.10</b>
Подготовка к завтраку, завтрак ( <i>формирование культурно-гигиенических навыков</i> )	<b>8.10 – 8.30</b>
Игры, подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность детей	<b>8.30 – 9.00</b>
Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе	<b>9.00 – 9.30</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>9.30 – 9.45</b>
Второй завтрак	<b>9.30 – 9.40</b>
Подготовка к прогулке	<b>9.40 – 10.00</b>
Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)	<b>10.00 – 11.10</b>
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания), игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	<b>11.10 – 11.40</b>
Обед ( <i>формирование культурно-гигиенических навыков</i> )	<b>11.40 – 12.00</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.00 – 15.00</b>
Постепенный подъем детей, воздушные процедуры, игровой массаж	<b>15.00 – 15.30</b>
Полдник ( <i>формирование культурно-гигиенических навыков</i> )	<b>15.30 – 15.50</b>
Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам	<b>15.50 – 16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.30 – 18.00</b>
Возвращение с прогулки, игры. Уход детей домой	<b>18.00 – 19.00</b>

### **РЕЖИМ ДНЯ**

2-ая младшая группа (с 3 до 4 лет)  
(холодный период года)

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время проведения</b>
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.05</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.05 – 8.15</b>
Завтрак ( <i>формирование культурно-гигиенических навыков</i> )	<b>8.15 – 8.35</b>
Самостоятельная деятельность детей	<b>8.35 – 9.00</b>
Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	<b>9.00 – 10.00</b>
Второй завтрак	<b>9.50 – 10.00</b>
Подготовка к прогулке	<b>10.00 – 10.10</b>
Прогулка (подвижные и спортивные игры, трудовая деятельность, экспериментирование и игры с природным материалом, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки	<b>10.10 – 11.30</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	<b>11.30 – 11.50</b>
Обед	<b>11.50 – 12.10</b>
Подготовка ко сну, сон	<b>12.10 – 15.10</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры. Самостоятельная деятельность детей	<b>15.10 – 15.40</b>
Полдник	<b>15.40 – 16.00</b>
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	<b>16.00 – 16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки	<b>16.40 – 18.10</b>
Игры, уход домой	<b>до 19.00</b>

**РЕЖИМ ДНЯ**  
Средняя группа (с 4 до 5 лет)  
(холодный период года)

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время проведения</b>
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.05</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.05 – 8.15</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.15 – 8.40</b>
Самостоятельная деятельность детей	<b>8.40 – 9.00</b>
Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	<b>9.00 – 10.00</b>
Второй завтрак	<b>10.05 – 10.15</b>
Подготовка к прогулке	<b>10.15 – 10.30</b>
Прогулка ( <i>подвижные и спортивные игры, трудовая деятельность, экспериментирование и игры с природным материалом, самостоятельная деятельность</i> )	<b>10.30 – 11.50</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду	<b>11.50 – 12.15</b>
Обед	<b>12.15 – 12.40</b>
Подготовка ко сну ( <i>перед сном: чтение, слушание аудиозаписей</i> ), сон	<b>12.40 – 15.10</b>
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные процедуры	<b>15.10 – 15.30</b>
Самостоятельная деятельность детей	<b>15.30 – 15.45</b>
Полдник	<b>15.45 – 16.05</b>
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	<b>16.05 – 16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка ( <i>подвижные и спортивные игры, трудовая деятельность, экспериментирование и игры с природным материалом, самостоятельная деятельность</i> )	<b>16.50 – 18.30</b>
Уход домой	<b>до 19.00</b>

**РЕЖИМ ДНЯ**  
Старшая группа (с 5 до 6 лет)  
(холодный период года)

<b>Виды деятельности</b>	<b>Время проведения</b>
Прием, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.10</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.10 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.20 – 8.40</b>
Игры, подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность детей	<b>8.40 – 9.00</b>
Непосредственно образовательная деятельность: образовательные ситуации. Работа в центрах активности	<b>9.00 – 10.40</b>
Второй завтрак	<b>10.10 – 10.15</b>
Подготовка к прогулке	<b>10.40 – 10.50</b>
Прогулка ( <i>наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, в т. ч. самостоятельная деятельность детей</i> ),	<b>10.50 – 12.10</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность по выбору и интересам, подготовка к обеду	<b>12.10 – 12.30</b>
Обед	<b>12.25 – 12.45</b>
Подготовка ко сну ( <i>перед сном: чтение, слушание аудиозаписей</i> ), сон	<b>12.45 – 15.15</b>
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика, воздушные процедуры	<b>15.15 – 15.30</b>
Самостоятельная деятельность детей	<b>15.30 – 15.55</b>
Полдник	<b>15.55 – 16.15</b>
Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	<b>16.15 – 16.45</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.45 – 18.30</b>
Уход домой	<b>до 19.00</b>

## РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа (с 6 до 7 лет)  
(холодный период года)

Виды деятельности	Время проведения
Прием, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.20</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.20 – 8.30</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30 – 8.50</b>
Игры, подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность детей	<b>8.50 – 9.00</b>
Непосредственно образовательная деятельность: образовательные ситуации. Работа в центрах активности	<b>9.00 – 10.50</b>
Второй завтрак	<b>10.10 – 10.15</b>
Подготовка к прогулке	<b>10.40 – 10.50</b>
Прогулка ( <i>наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, в т. ч. самостоятельная деятельность детей</i> ),	<b>10.50 – 12.20</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность по выбору и интересам, подготовка к обеду	<b>12.10 – 12.30</b>
Обед	<b>12.30 – 12.50</b>
Подготовка ко сну ( <i>перед сном: чтение, слушание аудиозаписей</i> ), сон	<b>12.50 – 15.20</b>
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика, воздушные процедуры	<b>15.20 – 15.30</b>
Самостоятельная деятельность детей	<b>15.30 – 16.00</b>
Полдник	<b>16.00 – 16.20</b>
Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	<b>16.20 – 16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.50 – 18.30</b>
Уход домой	<b>до 19.00</b>