

Примерный режим дня на холодный период времени года

Режим дня	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний приём детей, игры, общение, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 - 8. 20
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.00 – 8.07	8.00 – 8.08	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку	8.05 – 8.10	8.07 – 8.15	8.08 – 8.20	8.20 – 8.25	8.30 - 8.35
Завтрак	8.10 – 8.30	8.15 – 8.35	8.20 – 8.40	8.25 – 8.45	8.35 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, КГН	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 - 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.10	1) 9.00 – 9.15 2) 9.25- 9.40	1) 9.00 – 9.20 2) 9.30 – 9.50	1) 9.00 – 9.25 2) 9.20 – 9.55	1) 9.00 - 9.30 2) 9.40 – 10.10 3) 10.20 – 10.50
Игры, общение, самостоятельная деятельность	9.10 – 9.30	9.40 -10.00		9.55 – 10.10	
Подготовка к прогулке	9.30 – 9.50	10.00 – 10.20	9.50 – 10.10	10.10 – 10.25	10.50 – 11.05
Прогулка	9.50 – 11.20	10.20 – 11.35	10.10 – 11.40	10.25 – 11.55	11.05 – 12.00
Возвращение с прогулки, КГН	11.20 – 11.30	11.35 – 11.50	11.40 – 11.55	11.55-12.00	12.00 – 12.10
Обед	11.30 – 11.50	11.50 – 12.15	11.55 – 12.16	12.00 - 12.20	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну	11.50 – 12.00	12.15 – 12.30	12.16 – 12.35	12.20 - 12.40	12.30 - 12.12.45
Дневной сон	12.00 – 15.00	12.30 – 15.00	12.35 – 15.00	12.40 – 15.00	12.45– 15.00
Постепенный подъём, водные процедуры, закаливание	15.00 – 15.10	15.00 – 15.14	15.00 – 15.16	15.00 – 15.18	15.00 – 15.20
Полдник	15.10 – 15.25	15.14 – 15.25	15.16 – 15.30	15.18- 15.25	15.20 - 15.30
Подготовка к прогулке	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40	15.30 – 15.50	15.25 – 15.40	15.30 – 15.40
Прогулка	15.40 – 16.10	15.40 – 16.35	15.50 – 16.40	15.40 – 16.45	15.40 – 16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.10 – 16.40	16.35 – 16.50	16.40 – 16.55	16.45-17.00	16.50 – 17.05
Ужин	16.40– 17.00	16.50 – 17.10	16.55 – 17.15	17.00-17.20	17.05 – 17.25
Подготовка к прогулке	17.00-17.10	17.10 – 17.25	17.15 – 17.30	17.20 – 17.30	17.25 – 17.35
Прогулка, уход детей домой/ игры, самостоятельная деятельность детей	17.10 – 19.00	17.25 – 19.00	17.30 – 19.00	17.30 – 19.00	17.35 – 19.00