

Режим дня для детей групп дошкольного возраста 2024-2025 учебный год Холодный период года

Содержание	6-8 лет	5-6 лет	4-5 лет	3-4 года
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность. Утренняя зарядка (гимнастика)	7.00 - 8.30	7.00- 8.30	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку	8.25-8.30	8.25-8.30	8.25-8.30	8.25-8.30
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.30	8.30	8.30	8.30
Занятие	9.00 - 9.30	9.00 - 9.30	9.00 - 9.20	9.00 - 9.15
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30 - 9.40	9.30 - 9.40	9.20 - 9.30	9.15 - 9.30
Занятие	9.40 - 10.10	9.40 - 10.10	9.30 – 9.50	9.30 – 9.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.10-10.25	10.10-10.25	9.50-10.15	9.50-10.15
Подготовка к завтраку	10.25-10.30	10.25-10.30	10.25-10.30	10.25-10.30
Второй завтрак	10.30	10.30	10.30	10.30
Подготовка к прогулке	10.40	10.40	10.40-10.50	10.40-10.50
Прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.45-12.00	10.45 - 12.00	10.50- 12.00	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки	12.00	12.00	12.00	12.00
Подготовка к обеду	12.00 – 12.10	12.00 – 12.10	12.00 – 12.10	12.00 – 12.10
Обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30-12.50	12.30-12.50	12.10-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну	12.50-13.00	12.50-13.00	12.30-12.40	12.30-12.40
Сон	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	12.40 - 15.30	12.40 - 15.40
Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.40-15.45
Подготовка к уплотненному полднику	15.45-15.50	15.45-15.50	15.45-15.50	15.45-15.50
Уплотненный полдник	15.50 - 16.00	15.50 - 16.00	15.50 - 16.00	15.50 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16:30	16.00 - 16:30	16.00 - 16:30	16.00 - 16:30
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.35	16.30 – 16.35	16.30 – 16.35	16.30 – 16.35
Прогулка, самостоятельная деятельность детей (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.35-18.25	16.35-18.25	16.35-18.25	16.35-18.25
Возвращение с прогулки	18.25	18.25	18.25	18.25
Подготовка к ужину	18.25-18.30	18.25-18.30	18.25-18.30	18.25-18.30
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30	18.30	18.30	18.30
Игры, уход домой	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00

