**Режим дня в группах с 1 года до 3 лет (холодный период)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время** | | |
| **Холодный период года** | **1-1,5 года** | **1,5-2года** | **2-3 лет** |
| Прием, осмотр детей, игровая деятельность, взаимодействие с родителями, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.30 | 7.00 - 8.30 | 7.00 - 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30 – 9.00 | 8.30 – 9.00 | 8.30 – 9.00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)  Подготовка к занятиям (2-3 лет) | 9.00-9.30 | 9.00-9.30 | 9.00-9.30 |
| Подготовка ко сну, первый сон | 9.30-12.00 | - | - |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.00-12.30 |  |  |
| Занятия в игровой форме по подгруппам  Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) | - | 9.30-9.40 | 9.30-9.40 |
| Второй завтрак | Увеличивается калорийность основного завтрака | 10.30-10.45 | 10.30-10.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.  Самостоятельная, игровая деятельность | - | 10.45-12.00 | 10.45-12.00 |
| Обед | 12.30-13.00 | 12.00-12.30 | 12.00-12.30 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) | 13.00-14.30 | - | - |
| Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам) | 13.00-13.10  13.20-13.30 | - | - |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам) | 13.50-14.00  14.10-14.20 | - | - |
| Подготовка ко сну, второй сон | 14.30- 16.00 | - | - |
| Сон | - | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 |
| Постепенный подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна | 16.00-16.30 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Уплотненный полдник с включением блюд ужина | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 |
| Занятие в игровой форме по подгруппам |  | 16.30-16.40 | 16.30-16.40 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) | - | 16.40-17.00 | 16.40-17.00 |
| Прогулка, возвращение с прогулки | 16.30-18.30 | 17.00-18.30 | 16.30-18.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 | 18.30 | 18.30 |
| Уход домой. | до 19.00 | до 19.00 | до 19.00 |
| **Продолжительность дневного сна** | **3ч.45мин** | **3 часа** | **3 часа** |
| **Продолжительность прогулок** | **3часа** | **3 ч.15 мин** | **3 ч.15 мин** |
| **Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки** | **10 мин** | **20мин.** | **20мин.** |