

## Режим дня детей на холодный период

Режимные моменты / характер деятельности	Разновозрастная группа (1.5-3)	Разновозрастная группа (2-4)	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к шк. группа
<b>Дома</b>					
Подъем, утренний туалет	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30	07.00 – 07.30
<b>В детском саду</b>					
Прием детей, визуальный осмотр. Взаимодействие с родителями. Игры, индивидуальная работа с детьми, двигательная активность <i>В том числе двигательная активность (игры малой подвижности) – 10 мин</i>	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.10	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.15	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.10 – 08.20	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.15 – 08.40	08.20 – 08.40	08.20 – 08.40	08.20 – 08.50	08.30 – 08.50
Игры, подготовка к занятиям	08.40 - 09.00	08.40 - 09.00	08.40 - 09.00	08.50 - 09.00	08.50 - 09.00
Занятия 1 <i>Перерыв между занятиями (игры малой и средней подвижности)</i>	09.00 – 09.08 (1-2г.) 09.10 – 09.20 (2-3 г.) <i>(по подгруппам)</i>	09.00– 09.15 (3-4г.) 09.20– 09.30 (2-3г.) <i>(по подгруппам)</i>	09.00 – 09.20  09.20 – 09.30	09.00 – 09.25  09.25 – 09.35	09.00 – 09.30  09.30 – 09.40
Занятия 2 <i>Перерыв между занятиями (игры малой и средней подвижности)</i>	-	09.35– 09.50 (3-4г.)	09.30 – 09.50	09.35 – 10.00	09.40 – 10.10 10.10 – 10.20
Игры, самостоятельная и двигательная деятельности, гигиенические процедуры	09.00 – 09.45	09.00 – 09.50	-	-	-
Второй витаминизированный завтрак	09.45– 10.00	09.50 – 10.00	09.50 – 10.05	10.00 – 10.15	10.10 – 10.20
Занятия 3	-	-	-	-	10.20 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, двигательная активность) <i>В том числе двигательная активность(игры средней и высокой подвижности) - 30 мин.</i> Возвращение с прогулки	10.00 – 11.30	10.00 – 12.00	10.05 – 12.00	10.15 - 12.00	10.50 - 12.00
Гигиенические процедуры, самообслуживание, подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.30	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика, игры <i>В том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА – 10 мин</i>	12.30 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
Подготовка к полднику, усиленный полдник	15.30 – 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 – 16.00	15.30 - 16.00
Занятия 2	16.00 – 16.08 (1-2г.) 16.10 – 16.20 (2-3 г.) <i>(по подгруппам)</i>	16.00 – 16.10 (2-3 г.)	-	-	-
Занятия 3	-	-	-	16.00 - 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	-	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.25 – 17.00	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки <i>В том числе двигательная активность(игры средней и высокой подвижности) - 30 мин</i>	16.20 – 18.20	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	16.40 – 18.30
Гигиенические процедуры, подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.30	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход домой воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00