



**Режим дня во второй младшей группе
(3 – 4 года)
(холодный период года)**

Дома	
Подъем, утренние гигиенические процедуры	6.30-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	6.30-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность, игры.	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15
Перерыв (самостоятельная деятельность, игры), второй завтрак	9.15-9.25
Организованная образовательная деятельность	9.25-9.40
Самостоятельная деятельность	9.40-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка	9.55-11.45
Возвращение с прогулки	11.45-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливание	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.25
Игры, самостоятельная деятельность	15.25-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.35
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.30
Дома	
Прогулка	18.30-19.00
Легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.30
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)



**Режим дня в средней группе
(4 – 5 лет)
(холодный период)**

В дошкольном учреждении	Время
Дома	
Подъем, утренние гигиенические процедуры	6.30-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	6.30-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45
Самостоятельная деятельность, игры	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20
Перерыв (самостоятельная деятельность, второй завтрак)	9.20-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-9.50
Самостоятельная деятельность детей	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.00
Подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Игры, самостоятельная деятельность, кружковая работа	15.30-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.35
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.30
Дома	
Прогулка с детьми	18.30-19.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.50
Ночной сон	20.50-6.30 (7.30)



О.В.Винина

**Режим дня в старшей группе
(5 - 6 лет)
(холодный период)**

В дошкольном учреждении	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, прогулка, игры, дежурство, ежедневная утренняя гимнастика	6.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40
Самостоятельная деятельность, игры.	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.25
Перерыв (самостоятельная деятельность, игры), второй завтрак	9.25-9.35
Организованная образовательная деятельность	9.35-9.55
Самостоятельная деятельность, игры	9.55-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Игры, самостоятельная деятельность, кружковая работа	15.30-16.20
Организованная образовательная деятельность	
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.35
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.30
Дома	
Прогулка с детьми	18.30-19.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.50
Ночной сон	20.50-6.30 (7.30)



**Режим дня в подготовительной группе в холодный период года
(6 – 7 лет)**

В дошкольном учреждении	Время
Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	6.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45
Подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30
Перерыв (самостоятельная деятельность), второй завтрак	9.30-9.40
Организованная образовательная деятельность	9.40-10.10
Перерыв (самостоятельная деятельность, игры)	10.10-10.20
Организованная образовательная деятельность	10.20-10.50
Самостоятельная деятельность детей	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00-12.25
Возвращение с прогулки	12.25-12.35
Подготовка к обеду, обед	12.35-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность, деятельность по интересам, кружковая работа	15.25-16.25
Подготовка к ужину, ужин	16.25-16.40
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка (на спортивном участке)	16.40-18.30
Дома	
Прогулка с детьми	18.30-19.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.50
Ночной сон	20.50-6.30 (7.30)



О.В.Зинина

**Режим дня
группы раннего возраста в холодный период года**

Дома	
Подъем, утренние гигиенические процедуры	6:30 - 7:30
В дошкольном учреждении	
Прием детей, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	6:30 - 8:00
Подготовка к завтраку, завтрак	8:00 - 8:25
Самостоятельная деятельность, игры	8:25 - 8:50
Организованная образовательная деятельность	
1-я подгруппа	8:50 - 9:00
Перерыв (самостоятельная деятельность, второй завтрак)	9:00 - 9:10
Организованная образовательная деятельность	
2-я подгруппа	9:10 - 9:20
Подготовка к прогулке, прогулка	9:20 - 11:00
Возвращение с прогулки	11:00 - 11:25
Подготовка к обеду, обед	11:25 - 12:00
Подготовка ко сну, сон	12:00 - 15:00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15:00 - 15:10
Подготовка к полднику, полдник	15:10 - 15:25
Организованная образовательная деятельность	
1-я подгруппа	15:25 - 15:35
Перерыв (самостоятельная деятельность, игры)	15:35 - 15:45
Организованная образовательная деятельность	
2-я подгруппа	15:45 - 15:55
Игры, самостоятельная деятельность	15:55 - 16:05
Подготовка к ужину, ужин	16:05 - 16:25
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	16:25 - 18:00
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18:00 - 18:30
Дома	
Прогулка	18:30 - 19:00
Легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19:00 - 20:30
Ночной сон	20:30 - 6:30 (7:30)