



Режим дня

Режимные моменты	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период					
Приём детей, утренний фильтр(осмотр, термометрия), утренний круг	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30
Утренняя гимнастика	08.30-08.40	08.30-08.40	08.30-08.40	08.30-08.40	08.30-08.40
Подготовка к завтраку, завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков, культура питания.)	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Самостоятельная деятельность (игра, гигиенические процедуры, подготовка к ОД, личная гигиена)	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	09.30-09.40	09.30-10.10	09.30-10.20	09.30-10.30	09.30-10.40
Самостоятельная деятельность, игра, индивидуальная работа с детьми, ЧХЛ	09.40-10.30	09.45-10.40	09.50-10.35	09.55-10.40	10.00-11.00
Второй завтрак	10.30-10.40	10.40-10.50	10.35-10.45	10.40-10.50	10.40-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, двигательная активность, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей (игры), возвращение с прогулки	10.40-11.40	10.50-12.00	10.45-12.00	10.50-12.10	11.00-12.20
Длительность 1 прогулки (в минутах)	60	70	75	80	80
Самостоятельная деятельность (игра). Подготовка к обеду, КГН	11.40-12.00	12.00-12.10	12.00-12.10	12.10-12.30	12.20-12.30

Обед (формирование культурно-гигиенических навыков, культура питания)	12.00-12.20	12.10-12.30	12.10-12.30	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.20	12.30-15.20	12.30-15.10	12.50-15.10	12.50-15.00
Дневной сон (в минутах)	180	170	160	140	130
Постепенный подъем, корректирующая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.20-15.30	15.20-15.30	15.10-15.20	15.10-15.20	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник (формирование культурно-гигиенических навыков, культура питания)	15.30-15.40	15.30- 15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, игры, инд. работа, ЧХЛ.	15.50-16.00	15.40-16.00	15.20-15.30 15.40-16.00	15.20-15.30	15.15-15.30
Образовательная деятельность, реализация образовательных, парциальных программ	15.40-15.50	-	-	15.40-16.05	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, двигательная активность, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей (игры), уход домой	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.05-18.00	16.10-18.00
Длительность II прогулки (в минутах)	120	120	120	115	110
Общая продолжительность прогулки прогулки (в минутах)	180	190	195	195	190
Самостоятельная деятельность (в минутах)	180	180	180	180	180