

**Режим дня
в дошкольных группах**

Содержание	Время			
	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), оздоровительные процедуры	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.30	7.00 – 8.40
Завтрак	8.10 – 8.35	8.20 – 8.35	8.30 – 8.40	8.40 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.35 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.40	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 11.00
Второй завтрак	9.40 – 10.00	10.00 – 10.10	10.05–10.15	10.10–10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 – 11.40	10.10 – 11.55	10.15 – 12.10	11.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.00	11.55 – 12.15	12.10 – 12.45	12.15 – 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00 – 15.00	12.15 – 15.10	12.45 – 15.15	12.50 – 15.20
Полдник	15.00 – 15.20	15.10 – 15.25	15.15 – 15.30	15.20 – 15.35
Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, игры	15.20 – 16.00	15.25 – 16.00	15.30 – 16.00	15.35 – 16.00
Занятия (при необходимости)	–	–	16.00 – 16.25	–
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00 – 17.00	16.00 – 17.10	16.25 – 17.10	16.00 – 17.15
Ужин	17.00 – 17.20	17.10 – 17.25	17.10 – 17.30	17.15 – 17.35
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), оздоровительные процедуры	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Завтрак	8.10 – 8.35	8.20 – 8.35	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.35 – 9.40	8.35 – 10.00	8.40 – 10.05	8.40 – 10.10
Продуктивная деятельность, физическая активность (по необходимости, в зависимости от погодных условий)	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.40 – 10.00	10.00 – 10.10	10.05–10.15	10.10–10.20

Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке (по необходимости, в зависимости от погодных условий), оздоровительные и закаливающие процедуры (по погодным условиям) возвращение с прогулки	10.00 – 11.50	10.10 – 11.55	10.15 – 11.55	11.00 – 11.55
Обед	11.50 – 12.20	11.55 – 12.25	11.55 – 12.25	11.55 – 12.25
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие, оздоровительные процедуры	12.20 – 15.15	12.25 – 15.20	12.25 – 15.20	12.25 – 15.20
Полдник	15.15 – 15.25	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Подготовка к прогулке, игры и самостоятельная деятельность детей на прогулке, оздоровительные процедуры	15.25 – 16.55	15.30 – 17.00	15.30 – 17.05	15.30 – 17.05
Ужин	16.55 – 17.15	17.00 – 17.15	17.05 – 17.20	17.05 – 17.20
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00