# Приложение 4

**Режим дня в холодный и теплый период**

Режим дня детей 2 группы раннего возраста

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Холодный период года (сентябрь - май) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.30-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-9.30 |
| Игровая самостоятельная деятельность | 9.30-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.10-11.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей | 11.10-11.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.20-11.50 |
| Подготовка ко сну | 11.50-12.00 |
| Дневной сон | 12.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.25 |
| Самостоятельная деятельность, образовательная деятельность | 15.25-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-18.00 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.00-18.30 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.30-19.00 |

Режим дня детей 2 группы раннего возраста

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Теплый период года (июнь - август) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.30-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.10-11.35 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 11.20-11.50 |
| Подготовка ко сну | 11.50-12.00 |
| Дневной сон | 12.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.25 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 15.25-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-18.00 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.00-18.30 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.30-19.00 |

Режим дня детей младшей группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Холодный период года (сентябрь - май) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.40 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.40-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-10.00 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры, второй завтрак | 10.00- 10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.10-12.00 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.00-12.20 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.20-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, образовательная деятельность | 15.40-17.00 |
| Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, возвращение с прогулки | 17.00-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.15-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.45-19.00 |

Режим дня детей младшей группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Теплый период года (июнь - август) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.40-9.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 9.00-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздущные, солнечные процедуры), возвращение с прогулки | 10.10-12.00 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.00-12.20 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.20-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 16.50-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.15-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.45-19.00 |

Режим дня детей средней группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Холодный период года (сентябрь - май) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.40 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.40-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-10.10 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры, второй завтрак | 10.10- 10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.20-12.10 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.10-12.20 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.20-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, образовательная деятельность | 15.40-17.00 |
| Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, возвращение с прогулки | 17.00-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой. | 18.15-19.00 |

Режим дня детей средней группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Теплый период года (июнь - август) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 8.40-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздущные, солнечные процедуры), возвращение с прогулки | 10.10-12.10 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.10-12.20 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.20-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 16.50-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.15-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.45-19.00 |

Режим дня детей старшей группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Холодный период года (сентябрь - май) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.30-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-10.35 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры, второй завтрак | 10.00- 10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.35-12.20 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.20-12.30 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, образовательная деятельность | 15.40-17.00 |
| Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, возвращение с прогулки | 17.00-18.20 |
| Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой. | 18.20-19.00 |

Режим дня детей старшей группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Теплый период года (июнь - август) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 8.30-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздущные, солнечные процедуры), возвращение с прогулки | 10.10-12.20 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.20-12.30 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 16.50-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.15-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.45-19.00 |

Режим дня детей подготовительной к школе группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Холодный период года (сентябрь - май) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 8.30-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-10.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры, второй завтрак | 10.00- 10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.50-12.20 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.20-12.30 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, образовательная деятельность | 15.40-17.00 |
| Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, возвращение с прогулки | 17.00-18.20 |
| Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой. | 18.20-19.00 |

Режим дня детей старшей группы

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Теплый период года (июнь - август) | |
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10-8.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 8.30-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, воздущные, бсолнечные процедуры), возвращение с прогулки | 10.10-12.20 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 12.20-12.30 |
| Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.40-16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возращение с прогулки | 16.50-18.15 |
| Подготовка к ужину, ужин. | 18.15-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой. | 18.45-19.00 |