

Приложение 4. Режим дня

РЕЖИМ ДНЯ 1-я младшая группа (теплое время года)

7.00 – 8.00	Прием детей на улице, прогулка.
8.00 – 8.20	Утренняя гимнастика на улице.
8.20 – 8.30	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
8.30 – 9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00 – 9.45	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
9.45 – 10.00	Второй завтрак.
10.00 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка.
11.35 – 11.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
11.50 – 12.10	Подготовка к обеду. Обед.
12.10 – 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.10– 15.20	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.20 - 15.30	Подготовка к полднику. Полдник
15.30 – 16.40	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
16.40 – 17.00	Подготовка к ужину. Ужин.
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.

(холодное время года)

7.00 – 8.00	Прием детей. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
8.00 – 8.30	Игры, утренняя гимнастика.
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.05	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Подготовка к образовательной деятельности.
9.05 (9.25)– 9.15(9.35)	Образовательная деятельность.
9.15 – 9.45	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
9.45 – 10.00	Второй завтрак.
10.00 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка.
11.35 – 12.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед.
12.10 – 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.10 – 15.20	Постепенный подъем, воздушные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.20 – 15.30	Подготовка к полднику. Полдник.
15.30 – 16.10	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Подготовка к образовательной деятельности.
16.10 – 16.20	Образовательная деятельность.
16.20 - 16.40	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа. Беседы.
16.40 – 17.00	Подготовка к ужину. Ужин.
17.00 – 17.30	Игры. Совместная с взрослым и самостоятельная деятельность детей.
17.30 – 18.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.

РЕЖИМ ДНЯ
2-я младшая группа
(теплое время года)

7.00 – 8.00	Прием детей на улице, игры, индивидуальная работа
8.00 – 8.20	Игры, утренняя гимнастика на улице
8.20 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак
8.55 – 9.45	Игры, свободная деятельность детей
9.45 – 10.00	Второй завтрак: сок, фрукты
10.00 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность)
11.35 – 12.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.00 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед.
12.40 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник.
15.20 – 16.20	Игры, свободная деятельность детей. Индивидуальная работа.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Самостоятельная деятельность. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

(холодное время года)

7.00 – 8.00	Прием детей, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.
8.00 – 8.20	Игры, утренняя гимнастика.
8.20 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.05	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности.
9.05 – 9.20	Образовательная деятельность.
9.20 – 9.30	Самостоятельная деятельность детей.
9.30(40) – 9.45(55)	Образовательная деятельность.
9.55 – 10.05	Второй завтрак: сок, фрукты.
10.05 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность).
11.35 – 12.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед.
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник.
15.20 – 16.20	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к двигательной деятельности.
15.45 – 16.00 Пн.Ср.Чт.	Двигательная деятельность.
16.00 – 16.20	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
16.20 – 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.
17.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

РЕЖИМ ДНЯ
Средняя группа
(теплое время года)

7.00 – 8.00	Прием детей на улице. Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа.
8.00 – 8.20	Игры, утренняя гимнастика на улице.
8.20 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.45	Самостоятельная деятельность детей, игры.
9.45 – 10.00	Второй завтрак.
10.00 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность детей)
11.35 – 12.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.00 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед.
12.40 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник.
15.15 – 16.30	Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа. Беседы.
16.30 – 16.50	Подготовка к ужину. Ужин.
16.50 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Самостоятельная деятельность. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

(холодное время года)

7.00 – 8.00	Прием детей. Самостоятельная деятельность детей. Игры. Индивидуальная работа.
8.00 – 8.25	Игры, утренняя гимнастика.
8.25 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.05	Самостоятельная деятельность детей, игры. Подготовка к образовательной деятельности.
9.05 – 9.25	Образовательная деятельность.
9.25 – 9.35	Самостоятельная деятельность детей.
9.35 (40)– 9.55(10.00)	Образовательная деятельность.
10.00 – 10.15	Второй завтрак.
10.15 – 11.50	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность).
11.50 – 12.10	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.10 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед.
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник.
15.20 – 16.30	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
15.45 – 16.05 Вт. 16.05 – 16.25 Пн. Ср.	Двигательная деятельность.
16.30 – 16.50	Подготовка к ужину. Ужин.
16.50 – 17.20	Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.
17.20 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

РЕЖИМ ДНЯ
Старшая группа
(теплое время года)

7.00 – 8.00	Прием детей на улице. Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа.
8.00 – 8.30	Игры, утренняя гимнастика на улице.
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.45	Самостоятельная деятельность детей, игры.
9.45 – 10.00	Второй завтрак: сок, фрукты
10.00 – 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность детей)
12.10 – 12.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.25 – 12.55	Подготовка к обеду. Обед.
12.55 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.20 - 15.30	Подготовка к полднику. Полдник
15.15 – 16.35	Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа. Беседы.
16.35 – 16.55	Подготовка к ужину. Ужин.
16.55 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Самостоятельная деятельность. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

(холодное время года)

7.00 – 8.00	Прием детей. Самостоятельная деятельность детей. Игры. Индивидуальная работа.
8.00 – 8.30	Игры, утренняя гимнастика.
8.30 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.05	Самостоятельная деятельность детей, игры. Подготовка к образовательной деятельности.
9.05 – 9.30	Образовательная деятельность.
9.30 – 9.40	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к образовательной деятельности.
9.40 – 10.00	Образовательная деятельность.
10.00 – 10.20	Второй завтрак: сок, фрукты.
10.20 – 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность).
12.10 – 12.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.25 – 12.55	Подготовка к обеду. Обед.
12.55 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 – 15.20 (15.40-15.45)	Подготовка к полднику. Полдник
15.20 – 16.35	Самостоятельная деятельность детей, игры. Подготовка к двигательной деятельности.
15.10 – 15.35 Вт 16.25 – 16.50 Пн. Ср.	Двигательная деятельность.
16.30(50) – 17.00(20)	Подготовка к ужину. Ужин.
17.20 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

РЕЖИМ ДНЯ
Подготовительная группа
(теплое время года)

7.00 – 8.15	Прием детей на улице. Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа.
8.15 – 8.35	Игры, утренняя гимнастика на улице.
8.35 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.45	Самостоятельная деятельность детей, игры.
9.45 – 10.00	Второй завтрак: сок, фрукты
10.00 – 12.25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность детей)
12.25 – 12.45	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.45 – 13.15	Подготовка к обеду. Обед.
13.15 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена.
15.10 - 15.20	Подготовка к полднику. Полдник
15.20 – 16.20	Самостоятельная деятельность детей, игры. Индивидуальная работа. Беседы.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Самостоятельная деятельность. Наблюдения вечером. Уход детей домой.

(холодное время года)

7.00 – 8.15	Прием детей. Самостоятельная деятельность детей. Игры. Индивидуальная работа.
8.15 – 8.35	Игры, утренняя гимнастика.
8.35 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55 – 9.05	Самостоятельная деятельность детей, игры. Подготовка к образовательной деятельности.
9.05 – 9.35	Образовательная деятельность.
9.35– 9.45	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к образовательной деятельности.
9.45 – 10.15	Образовательная деятельность.
10.15 – 10.25	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к образовательной деятельности.
10.25 – 10.55	Образовательная деятельность.
10.50 – 11.00	Второй завтрак: сок, фрукты.
11.00 – 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе, самостоятельная деятельность).
12.30 – 12.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.
12.40 – 13.10	Подготовка к обеду. Обед.
13.10 – 14.55	Подготовка ко сну. Дневной сон.
14.55 – 15.10	Постепенный подъем, воздушные процедуры, ленивая гимнастика, личная гигиена. Подготовка к двигательной деятельности.
15.10 – 15.40	Двигательная деятельность.
15.40 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник.
15.50 – 16.20	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 17.15	Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.
17.15 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры. Наблюдения вечером. Уход детей домой.