РЕЖИМ ДНЯ

(холодный период года, с 1 сентября по 31 мая)

	1,5 – 2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1. Прием детей, самостоятельная деятельность	7.30-8.00 *30 мин*	7.30-8.00 *30 мин*	7.30-8.00 *30 мин*	7.30-8.10 *40 мин*	7.30-8.20 *50 мин*	7.30-8.30 *1 ч*
2. Утренняя гимнастика	8.00-8.05 *5 мин*	8.00-8.05 *5 мин*	8.00-8.10 *10 мин*	8.10-8.20 *10 мин*	8.20-8.30 *10 мин*	8.30-8.40 *10 мин*
3. Самостоятельная деятельность	8.05-8.15 *10 мин*	8.05-8.15 *10 мин*	8.10-8.20 *10 мин*	-	-	-
4. Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.40 *25 мин*	8.15-8.40 *25 мин*	8.20-8.40 *20 мин*	8.20-8.40 *20 мин*	8.30-8.45 *15 мин*	8.40-8.55 *15 мин*
5.Самостоятельная деятельность	8.40-9.00 *20 мин*	8.40-9.00 *20 мин*	8.40-9.00 *20 мин*	8.40-9.00 *20 мин*	8.45-9.00 *15 мин*	8.55-9.20 *25 мин*
6. Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30 (*по подгр., не более 8-10 мин)*	9.00-9.30 (*по подгруппам, не более 8-10 мин)*	9.00-9.40 *(общий объем не более 30 мин)*	9.00-9.50 *(общий объем не более 40 мин)*	9.00-9.55 *(общий объем не более 45 мин)*	9.20-10.30 *(общий объем не более 1,5 ч)*
7. Второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.20 *1 ч 50 мин.*	9.30-11.30 *2 ч*	9.40-11.50 *2 ч 10 мин*	9.50-12.10 *2 ч 20 мин*	9.55-12.20 *2 ч 25 мин*	10.30-12.30 *2 ч*
8. Подготовка к обеду, обед	11.20 – 12.00 *40 мин.*	11.30-12.05 *35 мин*	11.50-12.20 *30 мин*	12.10-12.40 *30 мин*	12.20-12.45 *25 мин*	12.30-12.55 *25 мин*
9. Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 -15.00 *3 ч*	12.05 -15.05 *3 ч*	12.20-15.00 *2 ч 40 мин*	12.40-15.00 *2 ч 20 мин*	12.45-15.00 *2 ч 15 мин*	12.55 - 15.00 *2ч 05 мин*
10. Постепенный подъем, водные и воздушные процедуры	15.00-15.20 *15 мин*	15.05-15.15 *10 мин*	15.00-15.10 *10 мин*	15.00-15.10 *10 мин*	15.00-15.10 *10 мин*	15.00-15.10 *10 мин*
11.Самостоятельная деятельность	15.20-15.25 *5 мин*	15.15-15.25 *10 мин*	15.10-15.35 *25 мин*	15.10-15.40 *30 мин*	15.10-15.20 *10 мин*	15.10-15.45 *35 мин*
12. Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45 *20 мин*	15.25-15.45 *20 мин*	15.35-15.50 *15 мин*	15.40-15.55 *15 мин*	15.45-16.00 *15 мин*	15.45-16.00 *15 мин*
13.Самостоятельная деятельность	15.45-16.00 *15 мин*	15.45-16.00 *15 мин*	15.50-16.30 *40 мин*	15.55-16.30 *35 мин*	16.00-16.30 *30 мин*	-
14. Организованная образовательная деятельность	16.00-16.30 (*по подгруппам, не более 8-10 мин)*	16.00-16.30 (*по подгруппам, не более 8-10 мин)*	-	-	15.20-15.45 *(не более 25 мин)*	16.00-16.30 *(не более 30 мин)*
15. Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00 *1ч 30 мин*	16.30-18.00 *1ч 30 мин*	16.30-18.00 *1ч 30 мин*	16.30-18.00 *1ч 30 мин*	16.30-18.00 *1 ч 30 мин*	16.30-18.00 *1 ч 30 мин*