

## Примерный режим дня 1 группы раннего возраста (1,5 -2 года)

### Холодный период года

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6:30–7:30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, игра	7:00–8:00
Самостоятельная деятельность	8:00-8:15
Подготовка к завтраку, завтрак	8:15–8:30
Самостоятельная деятельность	8:30–9:00
Подготовка и проведение игры-занятия 1(по подгруппам)	9:00-9:05–9:20
Подготовка к прогулке, прогулка	9:20–11:00
возвращение с прогулки, игры	11:00–11:30
Подготовка к обеду, обед	11:30–12:00
Подготовка ко сну, сон	12:00–15:00
Постепенный подъем	15:00–15:30
Подготовка и проведение игры-занятия 2(по подгруппам)	15:30–15:35-15:50
Самостоятельная деятельность	15:50-16:00
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16:00-16:30
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30–18:00
возвращение с прогулки	18:00–18:20
Самостоятельная деятельность, уход домой	18:20–19:00

<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18:20(19:00)–20:30
Ночной сон	20:30-6:30(7:00)

## Примерный режим дня 1 группы раннего возраста (1,5 -2 года)

### Теплый период года

Мероприятия	Время проведения
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6:30–7:30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, игра	7:00–8:00
Самостоятельная деятельность	8:00-8:15
Подготовка к завтраку, завтрак	8:15–8:30
Самостоятельная деятельность	8:30–9:00
Подготовка и проведение игры-занятия 1(по подгруппам)	9:00-9:05–9:20
Подготовка к прогулке, прогулка	9:20–11:00
возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11:00–11:30
Подготовка к обеду, обед	11:30–12:00
Подготовка ко сну, сон	12:00–15:00
Постепенный подъем	15:00–15:30
Самостоятельная деятельность	15:30-16:00
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16:00-16:30

Подготовка к прогулке, прогулка	16:30–18:00
возвращение с прогулки	18:00–18:20
Самостоятельная деятельность, уход домой	18:20–19:00
<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18:20(19:00)–20:30(21:00)
Ночной сон	20:30(21:00)–6:30(7:30)

**Режим дня для детей 2 группы раннего возраста(2-3 года):**

*Холодный период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30(07.00)-07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.15
Подготовка к завтраку, завтрак	08.15-08.40
Самостоятельная деятельность, игры детей	08.40-09.10
Непосредственно образовательная деятельность/игровая деятельность (по подгруппам)	09.10-09.20 09.30-09.40
Второй завтрак	9.40-10.00
Подготовка к прогулке	10.00- 10.20
Прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	10.20- 11.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20-11.45
Обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, полдник	15.00-15.30
Непосредственно образовательная деятельность/игровая деятельность (по подгруппам)	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.15
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.15-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00 – 18.30
Самостоятельная деятельность, уход домой.	18.30 – 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.30(19.00)- 20.30(21.00)
Ночной сон	20.30(21.00)-06.30 (07.30)

**Режим дня для детей 2 группы раннего возраста  
теплый период года.**

Мероприятия	Время проведения
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30(07.00)-07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, игры, утренняя гимнастика, прогулка	07.00-08.15
Подготовка к завтраку, завтрак	08.15-08.35
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, выход на прогулку	08.35-08.50
Непосредственно образовательная деятельность (на прогулке)	09.00 – 09.10
Прогулка. Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры	09.10-11.20
Подготовка ко 2 завтраку, завтрак	9.10-9.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00-15.20
Самостоятельная деятельность	15.20-15.45
Чтение художественной литературы	15.45 – 16.00
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	16.20-16.30
Прогулка (игры, наблюдение, самостоятельная деятельность)	16.30 -18.00

Самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.00-19.00
Дома	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00(19.00)- 20.30(21.00)
Ночной сон	20.30(21.00)- 06.30(07.00)

**Режим дня младшей группы (3-4 года)**  
*Холодный период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30(07.00)-07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
Самостоятельная деятельность, игры, общественно полезный труд	08.50-09.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.00-09.40
Подготовка к прогулке	09.40- 10.00
Прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	10.00- 12.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00-12.20
Обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00-15.30
Кружковая, игровая, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 16.15
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.15-16.35
Подготовка к прогулке	16.35-16.50
Прогулка ( игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, труд)	16.50-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00– 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.35(19.00)-20.30(21.00)

Ночной сон	20.30(21.00)-06.30 (07.30)
------------	----------------------------

**Режим дня младшей группы (3-4 года)**

*Теплый период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30(07.00)-07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей на улице игры, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	08.50-09.00
Непосредственно образовательная деятельность ( на прогулке)	09.00-09.15
Второй завтрак	10.00-10.10
Прогулка. Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.15- 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем	15.10-15.30
самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30-16.15
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.15-16.35
Подготовка к прогулке	16.35-16.45
Прогулка (игры, наблюдения, чтение художественной литературы)	16.45 – 18.10
Возвращение с прогулки	18.10-18.20
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.40(19.00)- 20.30(21.00)
Ночной сон	20.30(21.00)- 06.30(07.00)

**Режим дня средней группы (4-5 лет)****Холодный период года**

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	07.00 - 08.05
Утренняя гимнастика	08.15 – 08.21
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак	08.21-08.45
Самостоятельная детская деятельность	08.45- 09.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.00- 09.50;
Подготовка к прогулке	09.50-10.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.10
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду	12.10-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15,00-15.25
самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25-15.50
Кружковая, игровая, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка,( игры ,наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.50-18.15
Возвращение с прогулки	18.15 – 18.25
Самостоятельная детская деятельность, уход домой	18.25 – 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.40(19.00)- 20.10
Возвращение с прогулки, спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	20.10 - 20.40(21.00)
Подготовка ко сну, ночной сон	20.40(21.00)-6.30(07.00)

## Режим дня средней группы (4-5 лет)

### *Теплый период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
В дошкольном учреждении	
Прием детей на улице, самостоятельная деятельность	07.00- 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
Игры, подготовка к прогулке	08.50 - 09.00
Непосредственно образовательная деятельность ( на прогулке)	09.00 – 09.20
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.20-12.00
Второй завтрак	10.15-10.25
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.45
Подготовка к дневному сну, сон.	12.45-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25-16.20
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.20-16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка ( игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы)	16.50 – 18.30
Возвращение с прогулки	18.30-18.40
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой.	18.40- 19.00
Дома	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00(19.00)- 20.30(21.00)
Ночной сон	21.00 -06.30 ( 07.30)

**Режим дня старшей группы (5-6лет)**  
*Холодный период*

<b>Мероприятия</b>	<b>Время проведения</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.00 -8.10
Утренняя гимнастика	8.25 – 8.33
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак	8.33- 8.50
Игры, самостоятельная деятельность,	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-10.35
Подготовка ко 2 завтраку, завтрак	10.35- 10.45
Подготовка к прогулке, , прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.45-12.25
Возвращение с прогулки, игры	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00-15.25
Самостоятельная деятельность, игры, дополнительное образование	15.25-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.40
Возвращение с прогулки, Самостоятельная деятельность, уход домой	18.00 – 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.40 - 20.15
Возвращение с прогулки, спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	20.15 -20.45 (21.00)
Укладывание, ночной сон	20.45 (21.00)-6.30 (7.30)

**Режим дня старшей группы (5-6лет)**  
*Теплый период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30 -7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием на улице, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к прогулке	8.50-9.10
Непосредственно образовательная деятельность на прогулке	9.10-9.35
Прогулка ( игры, наблюдения, воздушные и водные процедуры, труд)	9.35-12.25
Второй завтрак	10.30 – 19.40
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.25-12.40
Обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем	15.00-15.25
самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25-16.35
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.35-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка ( игры, наблюдения, труд, чтение художественной литературы)	16.55-18.30
Возвращение с прогулки	18.30 – 18.40
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.40 - 19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка, возвращение с прогулки, спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры	18.40 - 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 - 6.30 (7.30)

**Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)**  
*Холодный период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность детей	8.10 - 8.30
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 - 10.50
Второй завтрак	10.50 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка ( игры, наблюдения, труд)	10.50-12.35
Возвращение с прогулки, игры	12.35 - 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45-13.15
Подготовка к дневному сну, сон.	13.15-15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.00-15.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, дополнительное образование	15.25-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 - 18.30
Возвращение с прогулки	18.30 – 18.40
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.40 – 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры.	18.30 - 20.45
Ночной сон	20.45 - 6.30 (7.30)

**Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)**  
*Теплый период года*

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей на улице, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.55
Игры, подготовка к прогулке	8.55 - 9.10
Непосредственно образовательная деятельность на прогулке	9.10 – 9. 40
Прогулка: (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры, общественно полезный труд ).	09.40 - 12.25
Второй завтрак	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	12.25 - 12.40
Обед	12.40 - 13.00
Подготовка к дневному сну, сон.	13.00 - 15.00
Постепенный подъем, подготовка к полднику	15.00-15.25
Полдник	15.25 – 15.40
Подготовка к прогулке, прогулка: ( игры, самостоятельная деятельность, общественно полезный труд, чтение художественной литературы)	15.40-18.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.10 - 18.25
Ужин.	18.25 - 18.45
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой.	18.45 - 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.45 – 21.00
Ночной сон	21.00 - 7.30