

## Режим дня и распорядок в детском саду

Холодный период

Дома		6.00 (6.30) – 7.00					
В дошкольном учреждении							
Интересные названия режимных моментов	Режимные моменты	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утро радостных встреч	Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная д-ть, утренний круг	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
В здоровом теле – здоровый дух	Утренняя зарядка	8.00-8.10 в группе	8.00-8.10 в группе	По графику проведения утренней зарядки в музыкальном и физкультурном залах			
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.35	8.15-8.40	8.25-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50
Минутки игры	Игры, самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00	8.40-9.10	8.50--9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занимательная деятельность	Организованная образовательная деятельность	9.10-9.20, 9.30-9.40 (по подгруппам)	9.10-9.20, 9.30-9.40 (по подгруппам)	9.00-9.40 по 15минс перерывом не менее 10 мин.	9.00-10.00 по 20 мин. с пер-вом не менее 10 мин.	9.00-10.05 по 20 первое и 25мин с пер-вом не менее 10 мин.	9.00-10.50 по 30мин. с перерывом 10 мин.
Вкусно и полезно	Второй завтрак	9.40-9.50	9.40-9.50	9.40-10.00	10.00-10.10	10.05-10.15	10.50-11.00
Нам хочется гулять	Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.30	9.50-11.35	10.00-12.00	10.10-12.10	10.15-12.25	11.00-12.40
Растем играя	Возвращение с прогулки, игровая деятельность	11.30-11.45	11.35-11.55	12.00-12.10	12.10-12.20	12.25-12.35	12.40-12.45
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к обеду, обед	11.45-12.20	11.55-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.35-12.55	12.45-12.55
Дрема пришла, сон принесла	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00
Потягушки Растем здоровыми	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.15-15.25	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Растем играя	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, вечерний круг	15.25-16.10	15.25-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15
Нам хочется гулять	Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.30	16.15-17.35	16.15-17.40	16.15-17.40	16.15-17.40	16.15-17.40
Читаем вместе	Чтение художественной литературы	17.30-17.40	17.35-17.45	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50
Вкусно и полезно	Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.05	17.45-18.10	17.50-18.15	17.50-18.10	17.50-18.10	17.50-18.10
До скорых встреч	Самостоятельная деятельность, игровая деятельность, уход домой	18.05-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00	18.10-19.00	18.10-19.00	18.10-19.00
Дома							
Прогулка		19.00-19.30		19.00-20.00	19.00-20.10	19.00-20.15	19.00-20.15
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры		19.30-20.30		20.00-20.30	20.10-20.40	20.15-20.45	20.15-20.45
Укладывание, чтение на ночь, ночной сон		20.30-6.00 (6.30)		20.30-6.00 (6.30)	20.40-6.00 (6.30)	20.45-6.00 (6.30)	20.45-6.00 (6.30)

*Летний оздоровительный период*

<b>Дома</b>		6.00 (6.30) – 7.00					
<b>В дошкольном учреждении</b>							
Интересные названия режимных моментов	Режимные моменты	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утро радостных встреч	Прием детей на свежем воздухе, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренний круг	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
В здоровом теле – здоровый дух	Утренняя зарядка	8.00-8.10 в группе	8.00-8.10 в группе	На игровой групповой или физкультурной площадке на свежем воздухе			
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.35	8.15-8.40	8.25-8.55	8.25-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50
Утро игры	Игры, самостоятельная и совместная деятельность детей на свежем воздухе	8.35-9.25	8.40-9.30	8.55-9.35	8.50-9.40	8.50-9.45	8.50-9.50
Вкусно и полезно	Второй завтрак	9.25-9.40	9.30-9.45	9.35-09.55	9.40-10.00	9.45-10.00	09.50-10.00
Нам хочется гулять, играть, исследовать	Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность с детьми, игры, оздоровительные мероприятия, экскурсии)	9.40-11.25	9.45-11.30	09.55-12.05	10.00-12.10	10.00-12.20	10.00-12.30
Растем играя	Возвращение с прогулки, игровая деятельность	11.25-11.45	11.30-11.55	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30	12.30-12.40
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к обеду, обед	11.45-12.20	11.55-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.30-12.55	12.40-12.55
Дрема пришла, сон принесла	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00
Потягушки Растем здоровыми	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Вкусно и полезно	Культурно-гигиенические мероприятия, подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.15-15.25	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Растем играя	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, вечерний круг	15.25-16.15	15.25-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.315	15.30-16.15
Нам хочется гулять	Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30	16.15-17.35	16.15-17.40	16.15-17.40	16.15-17.40	16.15-17.40
Читаем вместе	Чтение художественной литературы	17.30-17.40	17.35-17.45	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50
Вкусно и полезно	Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.05	17.45-18.10	17.50-18.15	17.50-18.10	17.50-18.10	17.50-18.10
До скорых встреч	Самостоятельная деятельность и игровая деятельность на свежем воздухе, уход домой	18.05-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00	18.10-19.00	18.10-19.00	18.10-19.00
<b>Дома</b>							
Прогулка		19.00-19.30		19.00-20.00	19.00-20.10	19.00-20.15	19.00-20.15
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры		19.30-20.30		20.00-20.30	20.10-20.40	20.15-20.45	20.15-20.45
Укладывание, чтение на ночь, ночной сон		20.30-6.00(6.30)		20.30-6.00(6.30)	20.40-6.00(6.30)	20.45-6.00(6.30)	20.45-6.00(6.30)