

**Распорядок и режим дня ранний возраст
РЕЖИМ ДНЯ
для детей раннего возраста (от 2 до 3 лет)
на холодный период года (сентябрь-май)**

Временной промежуток	Режимные моменты
7.00-8.20	Утренний прием детей, игры, общение, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
8.20-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.50	Занятия, развивающие образовательные ситуации на игровой основе // Самостоятельные игры (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
9.50-10.00	Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак
10.00-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
11.30-12.05	Подготовка к обеду, обед
12.05-15.15	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон
15.15-15.40	Постепенный подъем, гигиенические и оздоровительные процедуры
15.40-16.05	Подготовка к ужину, ужин
16.05-16.15	Образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе
16.15-17.45	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
17.45-18.00	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам
18.00-18.10	Подготовка к полднику, полдник
18.10-19.00	Прогулка // игры. Уход детей домой

**Распорядок и режим дня дошкольный возраст (от трех до семи лет)
РЕЖИМ ДНЯ
для детей младшей группы (от 3 до 4 лет)
на холодный период года (сентябрь-май)**

Временной промежуток	Режимные моменты
7.00-8.20	Утренний прием детей, игры, общение, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
8.20-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.50	Занятия, развивающие образовательные ситуации на игровой основе // Самостоятельные игры (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
9.50-10.00	Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак
10.00-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
11.30-12.05	Подготовка к обеду, обед
12.05-15.15	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон
15.15-15.40	Постепенный подъем, гигиенические и оздоровительные процедуры
15.40-16.05	Подготовка к ужину, ужин
16.05-16.15	Образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе
16.15-17.45	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
17.45-18.00	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам
18.00-18.10	Подготовка к полднику, полдник
18.10-19.00	Прогулка // игры. Уход детей домой

РЕЖИМ ДНЯ

**для детей средней группы (от 4 до 5 лет)
на холодный период года (сентябрь-май)**

Временной промежуток	Режимные моменты
7.00-8.20	Утренний прием детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, общение, гигиенические процедуры, индивидуальное взаимодействие), самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
8.20-8.50	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
9.00-10.45	Занятия (образовательные ситуации на игровой основе) // Игры//самостоятельная деятельность детей // индивидуальное взаимодействие (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.45-10.50	Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак
10.50-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки <i>1 раз в неделю - «час двигательной активности»</i>
12.00-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-12.30	Гигиенические процедуры
12.30-15.00	Подготовка ко сну, сон
15.00-15.20	Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, оздоровительные и гигиенические процедуры
15.20-15.35	Подготовка к ужину, ужин
15.35-16.00	Самостоятельная деятельность // индивидуальное взаимодействие
16.00-16.20	Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности)
16.20-18.10	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
18.10-18.20	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам
18.20-18.25	Подготовка к полднику, полдник
18.25-19.00	Прогулка //игры//самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой

**РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшей группы (от 5 до 6 лет)
на холодный период года (сентябрь-май)**

Временной промежуток	Режимные моменты
7.00-8.20	Утренний прием детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, общение, гигиенические процедуры, индивидуальное взаимодействие), самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
8.20-8.50	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	Игры, свободное общение детей
9.00-10.40	Занятия (образовательные ситуации на игровой основе) // игры самостоятельная деятельность детей (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.40-10.45	Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак
10.45-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки// <i>1 раз в неделю - «час двигательной активности»</i>
12.00-12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20-12.30	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну

12.30-15.00	Сон
15.00-15.10	Постепенный подъем, гимнастика после сна, оздоровительные и гигиенические процедуры
15.10-15.25	Подготовка к ужину, ужин
15.25-16.10	Самостоятельная деятельность// индивидуальное взаимодействие
16.10-16.35	Занятие (образовательные ситуации на игровой основе) //Игры, досуги, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей
16.35-18.25	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
18.25-18.30	Подготовка к полднику, полдник
18.30-19.00	Прогулка //игры, самостоятельная деятельность// индивидуальное взаимодействие//Уход детей домой

РЕЖИМ ДНЯ

для детей подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)
на холодный период года (сентябрь-май)

Временной промежуток	Режимные моменты
7.00-8,30	Утренний прием детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры,общение, гигиенические процедуры, индивидуальное взаимодействие), самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)
8.30-8.50	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	Игры, свободное общение детей
9.00-10.50	Занятия в игровой форме (образовательные ситуации) // самостоятельная деятельность детей, игры (<i>общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут</i>)
10.50-11.00	Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак
11.00-12.10	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, игры, труд, экспериментирование,общение по интересам), возвращение с прогулки// <i>1 раз в неделю - занятие по физической культуре на улице</i>
12.10-12.25	Подготовка к обеду, обед
12.25-12.30	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну
12.30-15.00	Сон
15.00-15.10	Постепенный подъем, гимнастика после сна, оздоровительные и гигиенические процедуры
15.10-15.20	Подготовка к ужину, ужин
15.20-15.50	Самостоятельная деятельность// индивидуальное взаимодействие
15.50-16.20	Занятие//Игры, досуги, культурные практики, самостоятельная деятельность и общение поинтересам и выбору детей
16.20-18.25	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
18.25-18.30	Подготовка к полднику, полдник
18.30-19.00	Прогулка //игры, самостоятельная деятельность// индивидуальное взаимодействие//Уход детей домой