

Режим дня в холодный период

Режимный момент	Время в режиме дня				
	2-3 года	3-4 года	4 – 5 лет	5- 6 лет	6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	07.30-08.30 (1:00)	07.30- 08.30 (1:00)	07.30- 08.20 (0:50)	07.30- 08.30 (1:00)	07.30- 08.30 (1:00)
Утренняя гимнастика	08.00-08.10 (0:10)	08.10- 08.20 (0:10)	08.20-08.30 (0:10)	08.30-08.40 (0:10)	08.30-08.40 (0:10)
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	08.30-09.00 (0:30)	08.30-09.00 (0:30)	08.30-09.00 (0:30)	08.40-09.00 (0:20)	08.40-09.00 (0:20)
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	09.00-9.30 (0:30)	09.00-09.20 (0:20)	09.00-09.20 (0:20)	09.00-09.20 (0:20)	09.00-09.20 (0:20)
Занятия, (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин, занятия с педагогом-психологом	9:30-10:30 ¹ (1:00)	09.20-10.30 (1:10)	09.20-10.30 (1:10)	09.20-10.30 (1:10)	09.20-10.30 (1:10)
Второй завтрак	10.30-10.40 (0:10)	10.30-10.40 (0:10)	10.30-10.40 (0:10)	10.30-10.40 (0:10)	10.30-10.40 (0:10)
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.40 (1:00)	10.40-11.40 (1:00)	10.40-12.00 (1:20)	10.40-12.10 (1:30)	10.40-12.10 (1:30)
Возвращение с прогулки, самостоят. деятельность	11.40-11.50 (0:10)	11.40-11.50 (0:10)	12.00-12.10 (0:10)	12.10-12.20 (0:10)	12.10-12.20 (0:10)
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.50-12.20 (0:30)	11.50-12.20 (0:30)	12.10-12.50 (0:40)	12.20-12.50 (0:30)	12.20-12.50 (0:30)
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.20-15.20 (3:00)	12.20-15.20 (3:00)	12.50-15.20 (2:30)	12.50-15.20 (2:30)	12.50-15.20 (2:30)
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.20-15.30 (0:10)	15.20-15.30 (0:10)	15.20-15.30 (0:10)	15.20-15.30 (0:10)	15.20-15.30 (0:10)
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50 (0:20)	15.30-15.50 (0:20)	15.30-15.50 (0:20)	15.30-15.50 (0:20)	15.30-15.50 (0:20)
Занятия, кружки	-	-	15.50-16.10 (0:20)	15.50-16.20 (0:30)	15.50-16.20 (0:30)
Вечерний круг	-	15.50-16.00 (0:10)	16.10-16.20 (0:10)	16.20-16.30 (0:10)	16.20-16.30 (0:10)
Подготовка к прогулке, прогулка 2.	16:0 – 18:00 (2:00)	16.00-18.00 (2:00)	16.20-18.00 (1:40)	16.30-18.00 (1:30)	16.30-18.00 (1:30)
Прогулка итого	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа

¹ Указана общая длительность, включая перерывы. Нет «жесткого» регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если она проходит в группе или на групповом участке. При проведении занятий в других помещениях (музыкальный зал) возможно более точное определение времени. В хорошую погоду занятия могут проводиться на улице.

