Режим дня на холодный период года
2-я группа раннего возраста
«Мальвина»

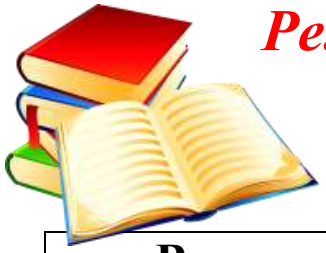
Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.00	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд, утренняя гимнастика
08.00- 08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30 - 08.40	Игры, самостоятельная деятельность детей
08.40 - 10.00	Организованная деятельность
10.00 - 10.15	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.15- 10.30	КГН. Подготовка к прогулке
10.30 - 11.20	Возвращение с прогулки
11.20 - 12.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.10	Пробуждение. Гимнастика в постели. Полдник.
15.10 - 15.30	Совместная деятельность.
15.30 - 16.10	Самостоятельная деятельность. Индивидуальная и совместная работа. Игры.
16.10 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 16.50	Подготовка к прогулке
16.50 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00-19.35	Прогулка
19.35-20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
20.45 - 21.00	Укладывание, ночной сон.

Режим дня на холодный период года
1-ой младшей группы
«Теремок»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 07.50	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Утренняя гимнастика
08.00 - 08.30	Подготовка к завтраку, завтрак
08.30 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 09.50	Организованная деятельность
09.50 -09.55	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
09.55 - 10.10	КГН. Подготовка к прогулке
10.10 - 11.20	Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.20 - 11.30	Возвращение с прогулки
11.30 - 12.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.15	Пробуждение. Гимнастика в постели. Полдник.
15.15 - 15.40	Совместная деятельность.
15.40 - 16.00	Индивидуальная и совместная работа с детьми. Игры.
16.00 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 16.50	Самостоятельная деятельность, игры по желанию детей.
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Игры по желание детей, самостоятельная деятельность Уход домой
	Дома
19.00 – 19.45	Прогулка
19.45 – 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, легкий ужин, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон

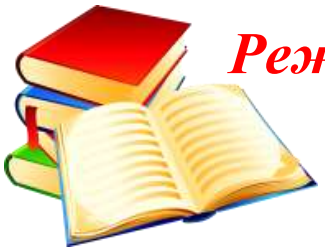
Режим дня на холодный период года
2-ой младшей группы
«Лунтик»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 07.50	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Утренняя гимнастика
08.00 - 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак
08.40 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 10.00	Организованная деятельность
09.50 -10.00	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.00 - 10.20	КГН. Подготовка к прогулке
10.20 - 11.30	Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.30- 11.40	Возвращение с прогулки
11.40 - 12.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Гимнастика в постели. Полдник.
15.20 - 15.40	Совместная деятельность.
15.40 - 16.00	Индивидуальная и совместная работа с детьми. Игры.
16.00 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 16.50	Самостоятельная деятельность, игры по желанию детей.
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Игры по желание детей, самостоятельная деятельность Уход домой
	Дома
19.00 – 19.45	Прогулка
19.45 – 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, легкий ужин, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон



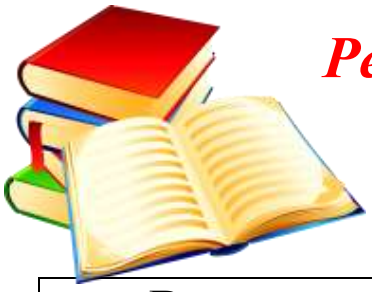
Режим дня на холодный период года
2-ой младшей группы
«Колобок»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 07.50	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Утренняя гимнастика
08.00 - 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак
08.40 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 10.00	Организованная деятельность
09.50 -10.00	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.00 - 10.20	КГН. Подготовка к прогулке
10.20 - 11.30	Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.30- 11.40	Возвращение с прогулки
11.40 - 12.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Гимнастика в постели. Полдник.
15.20 - 15.40	Совместная деятельность.
15.40 - 16.00	Индивидуальная и совместная работа с детьми. Игры.
16.00 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 16.50	Самостоятельная деятельность, игры по желанию детей.
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Игры по желание детей, самостоятельная деятельность Уход домой
	Дома
19.00 – 19.45	Прогулка
19.45 – 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, легкий ужин, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон



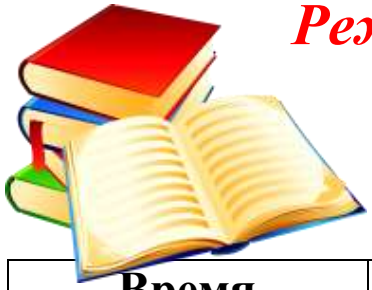
Режим дня на холодный период года
2-ой младшей группы
«Дюймовочка»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 07.50	Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Утренняя гимнастика
08.00 - 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак
08.40 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 10.00	Организованная деятельность
09.50 -10.00	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.00 - 10.20	КГН. Подготовка к прогулке
10.20 - 11.30	Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.30- 11.40	Возвращение с прогулки
11.40 - 12.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Гимнастика в постели. Полдник.
15.20 - 15.40	Совместная деятельность.
15.40 - 16.00	Индивидуальная и совместная работа с детьми. Игры.
16.00 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 16.50	Самостоятельная деятельность, игры по желанию детей.
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Игры по желание детей, самостоятельная деятельность Уход домой
	Дома
19.00 – 19.45	Прогулка
19.45 – 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, легкий ужин, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон



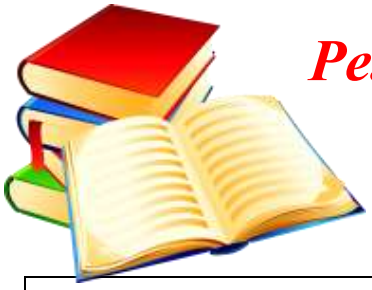
Режим дня на холодный период года
Средней группы
«Гуси - Лебеди»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.00	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд.
08.00 - 08.10	Утренняя гимнастика
08.10– 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.40 – 9.00	Самостоятельные игры.
09.00 - 10.30	Организованная деятельность
10.05 - 10.10	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.30 - 11.50	КГН. Подготовка к прогулке, общественно полезный труд. Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.50 - 12.00	Возвращение с прогулки, игры
12.00 - 12.45	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.45 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Разминка в постели. Полдник.
15.20 - 16.15	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная и совместная работа. Игры по желанию.
16.15 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Самостоятельная деятельность, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00 - 19.45	Прогулка
19.45 - 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон



Режим дня на холодный период года
Средней группы
«Чиполлино»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.00	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд.
08.00 - 08.10	Утренняя гимнастика
08.10– 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.40 – 9.00	Самостоятельные игры.
09.00 - 10.30	Организованная деятельность
10.05 - 10.10	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.30 - 11.50	КГН. Подготовка к прогулке, общественно полезный труд. Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.50 - 12.00	Возвращение с прогулки, игры
12.00 - 12.45	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.45 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Разминка в постели. Полдник.
15.20 - 16.15	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная и совместная работа. Игры по желанию.
16.15 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Самостоятельная деятельность, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00 - 19.45	Прогулка
19.45 - 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон

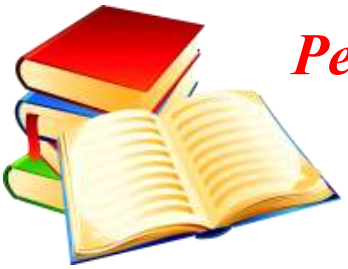


Режим дня на холодный период года
Средней группы
«Морозко»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.00	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд.
08.00 - 08.10	Утренняя гимнастика
08.10– 08.40	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.40 – 9.00	Самостоятельные игры.
09.00 - 10.30	Организованная деятельность
10.05 - 10.10	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.30 - 11.50	КГН. Подготовка к прогулке, общественно полезный труд. Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
11.50 - 12.00	Возвращение с прогулки, игры
12.00 - 12.45	Подготовка к обеду. КГН. Обед
12.45 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.20	Пробуждение. Разминка в постели. Полдник.
15.20 - 16.15	Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная и совместная работа. Игры по желанию.
16.15 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Самостоятельная деятельность, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00 - 19.45	Прогулка
19.45 - 20.45	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
20.45 – 21.00	Укладывание, ночной сон

Режим дня на холодный период года
Старшей группы
«Буратино»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.10	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд
08.10 - 08.20	Утренняя гимнастика
08.20 - 08.45	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.45 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
9.00 - 10.00	Организованная деятельность
10.00 - 10.15	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.15 - 10.50	Организованная деятельность
10.50 - 12.00	КГН. Подготовка к прогулке, общественно полезный труд. Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
12.00 - 12.10	Возвращение с прогулки, игры
12.10 - 13.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.10	Пробуждение. Разминка в постели.
15.10 – 15.20	Полдник.
15.20- 15.40	Организованная деятельность
15.40 - 16.15	Индивидуальная и совместная работа, игры по желанию детей, самостоятельная деятельность
16.15 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00-19.45	Прогулка
19.45 - 21.00	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
21.00	Укладывание, ночной сон

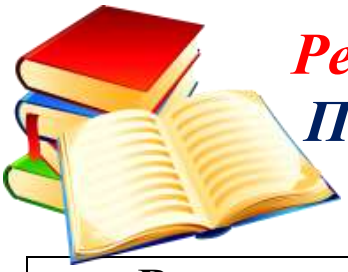


Режим дня на холодный период года
Старшей группы
«Аленушка»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.10	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд
08.10 - 08.20	Утренняя гимнастика
08.20 - 08.45	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.45 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
9.00 - 10.00	Организованная деятельность
10.00 - 10.15	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
10.15 - 10.50	Организованная деятельность
10.50 - 12.00	КГН. Подготовка к прогулке, общественно полезный труд. Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
12.00 - 12.10	Возвращение с прогулки, игры
12.10 - 13.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.10	Пробуждение. Разминка в постели.
15.10 – 15.20	Полдник.
15.20- 15.40	Организованная деятельность
15.40 - 16.15	Индивидуальная и совместная работа, игры по желанию детей, самостоятельная деятельность
16.15 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд Уход домой
	Дома
19.00-19.45	Прогулка
19.45 - 21.00	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
21.00	Укладывание, ночной сон

Режим дня на холодный период года
Подготовительной к школе группы
«Конек - горбунок»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.20	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд
08.20 - 08.30	Утренняя гимнастика
08.30 - 08.50	Подготовка к завтраку, завтрак, общественно полезный труд
08.50 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 11.00	Организованная деятельность
10.10 - 10.20	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
11.00 - 12.10	КГН. Подготовка к прогулке Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
12.10 - 12.15	Возвращение с прогулки.
12.15 – 13.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
13.00- 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.10	Пробуждение. Разминка в постели. Полдник.
15.10 - 16.10	Организованная деятельность
16.10 - 16.25	Индивидуальная работа, игры по желание детей, самостоятельная деятельность
16.25 - 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45 - 18.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд
18.00 - 18.45	Игры по желание детей, самостоятельная деятельность, общественно полезный труд
18.45 - 19.00	Уход домой
	Дома
19.00 - 19.45	Прогулка
19.45 - 21.00	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
21.00	Укладывание, ночной сон



Режим дня на холодный период года
Подготовительной к школе группы
«Жар-Птица»

Время	Режимные процессы
	Дома
06.30 - 07.30	Подъем, утренний туалет
	В дошкольном учреждении
07.00 - 08.20	Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд
08.20 - 08.30	Утренняя гимнастика
08.30 - 08.50	Подготовка к завтраку, завтрак, общественно полезный труд
08.50 - 09.00	Игры, самостоятельная деятельность
09.00 - 11.00	Организованная деятельность
10.10 - 10.20	Подготовка ко 2 завтраку, завтрак
11.00 - 12.10	КГН. Подготовка к прогулке Прогулка (наблюдения, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная деятельность)
12.10 - 12.15	Возвращение с прогулки.
12.15 – 13.00	Подготовка к обеду. КГН. Обед
13.00- 15.00	Подготовка ко сну. Сон
15.00 - 15.10	Пробуждение. Разминка в постели. Полдник.
15.10 - 16.10	Организованная деятельность
16.10 - 16.25	Индивидуальная работа, игры по желание детей, самостоятельная деятельность
16.25 - 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45 - 18.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд
18.00 - 18.45	Игры по желание детей, самостоятельная деятельность, общественно полезный труд
18.45 - 19.00	Уход домой
	Дома
19.00 - 19.45	Прогулка
19.45 - 21.00	Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры
21.00	Укладывание, ночной сон