

Режим дня детей 3-4 года в младшей группе

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.20 – 8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45 – 8.55
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	8.55 - 9.10 9.30 – 9.45
Самостоятельная деятельность детей	9.45 - 10.00
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) **	10.10 – 12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.05 – 12.20
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.00 – 15.25
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25 – 16.10
Подготовка к уплотнённому полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.10 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.40 – 18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.15 – 19.00

*Указана общая длительность, включая перерывы

* **Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Режим дня детей 4-5 лет в средней группе

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.10
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	(пн., вт., пт.) 9.15 - 9.35 9.45 – 10.05
	(ср., чт.) 9.10 - 9.30 9.40 – 10.00
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.05 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) **	10.15 – 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.10 – 12.25
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.20 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.00 – 15.25
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25 – 16.15
Подготовка к уплотнённому полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.45–18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.15 – 19.00

*Указана общая длительность, включая перерывы

** Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Режим дня детей 5-6 лет в старшей группе

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.20
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	(пн., вт.) 9.00 - 9.20 10.10 – 10.35
	(ср.) 9.00 - 9.20 9.30 – 9.55
	(чт., пт.) 9.00 - 9.20 10.05 – 10.30
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) **	10.40–12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.30– 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.00 – 15.30
Организованная детская деятельность *	15.30 – 15.55 (пн., вт., ср.)
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.55 – 16.25
Подготовка к уплотнённому полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.25 - 16.55
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.30 – 19.00

*Указана общая длительность, включая перерывы

** Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

**Режим дня детей 6-7 лет
в подготовительной к школе группе**

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.40 – 8.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.55 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	(пн., вт., ср.) 9.00 - 9.30 9.40 – 10.10 10.30 – 11.00
	(чт.) 9.00 - 9.30 10.25 – 10.55
	(пт.) 9.00 - 9.30 9.40 – 10.10 10.35 – 11.05
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) **	11.00–12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.40– 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.00 – 15.25
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.25 - 16.30
Подготовка к уплотнённому полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	17.00–18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.40 – 19.00

*Указана общая длительность, включая перерывы

** Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.