Режим дня детей на холодный период года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | | Тип  деятель  ности | 1 -младшая группа  1,6-3 года | | 2-я младшая группа  3-4года | | Средняя группа  4-5 лет | | Старшая группа  5-6 лет | | Подготовительная группа  6-7(8) лет | |
| Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность |
| Приём детей, свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика. | | ОДРМ, СД | 7.00-8.10 | 1 ч 10мин  (50 мин/  20мин) | 7.00-8.10 | 1 ч 10 мин  (45 мин/  25мин) | 7.00-8.10 | 1 ч 10 мин  (45 мин/  25мин) | 7.00-8.15 | 1ч 15 мин  (35 мин/  40мин) | 7.00-8.15 | 1ч 15 мин  (30мин/  45мин) |
| Утренний круг | | ОДРМ | 8.10-08.20 | 10 мин | 8.10-08.20 | 10 мин | 8.10-8.20 | 10 мин | 8.15-8.30 | 15 мин | 8.15-8.30 | 15 мин |
| Подготовка к завтраку, завтрак | | ОДРМ | 8.20-8.45 | 25 мин | 8.20 -8.45 | 25 мин | 8.20-8.45 | 25 мин | 8.30- 8.50 | 20мин | 8.30-8.50 | 20 мин |
| Подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность | | ОДРМ | 8.45- 9.00 | 15мин | 8.45-9.00 | 15мин | 8.45-9.00 | 15 мин | 8.50-9.00 | 10мин | 8.50-9.00 | 10 мин |
| Образовательная деятельность, перерыв | | Занятия, ОДРМ | 9.00- 9.10/  9.20-9.30 | 10 мин 10мин | 9.00-9.15  9.25-9.40 | 30 мин  10мин | 9.00-9.20  9.30-9.50 | 40мин  10мин | 9.00-9.25  9.35-10.00 | 50 мин 10мин | 9.00-9.30  9.40-10.10  10.20-10.50 | 1ч 30 мин 20мин |
| Самостоятельная деятельность, свободная деятельность | | СД ОДРМ, | 9.30- 9.50  9.50- 10.15 | 20 мин  25 мин | 9.40- 10.00  10.00-10.20 | 20 мин 20мин | 9.50- 10.05  10.05-10.20 | 15мин  15мин | 10.00-10.25 10.35-10.50 | 25мин  15 мин | - | - |
| Подготовка к завтраку, второй завтрак | | ОДРМ | 10.15-10.30 | 15 мин. | 10.20-10.35 | 15мин | 10.20-10.35 | 15 мин | 10.25-1035 | 10 мин | 10.50-11.00 | 10мин |
| Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность | | ОДРМ, СД | 10.30- 11.30 | 60 мин  (40мин/  20мин) | 10.35-12.05 | 1ч 30мин  (60мин/  30мин) | 10.35-12.05 | 1ч 30мин  (60мин/  30мин) | 10.50-12.20 | 1ч 30 мин  (40мин/  50мин) | 11.00-12.20 | 1 ч 20 мин  (30мин/  50мин) |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | | ОДРМ | 11.30-11.45 | 15мин | 12.05-12.20 | 15мин | 12.05-12.20 | 15 мин | 12.20-12.30 | 10 мин | 12.20-12.30 | 10мин |
| Подготовка к обеду, обед | | ОДРМ | 11.45-12.15 | 30 мин | 12.20.-12.45 | 25 мин | 12.20-12.45 | 25 мин | 12.30-12.50 | 20мин | 12.30-12.50 | 20 мин |
| Подготовка ко сну, сон | | ОДРМ | 12.15-15. 15 | 3ч | 12.45-15.15 | 2ч 30 мин | 12.45-15.15 | 2ч 30мин | 12.50-15.20 | 2ч 30мин | 12.50-15.20 | 2ч 30мин |
| Постепенный подъём, гимнастика после сна | | ОДРМ | 15.15-15.30 | 15мин | 15.15-15.30 | 15мин | 15.15-15.30 | 15 мин | 15.20-15.30 | 10 мин | 15.20-15.30 | 10мин |
| Подготовка к полднику, полдник | | ОДРМ | 15.30- 15.55 | 25мин | 15.30- 15.55 | 25мин | 15.30- 15.55 | 25 мин | 15.30- 15.50 | 20 мин | 15.30- 15.50 | 20мин |
| Чтение художественной литературы. ОДРМ | | ОДРМ | 15.55-16.05  16.15-16.25 | 10 мин 10мин | 15.55-16.10 | 15 мин | 15.55-16.15 | 20мин | 15.50 –16.15 | 25 мин | 15.50-.16.20 | 30 мин |
| Вечерний круг | | ОДРМ | 16.25- 16.35 | 10мин | 16.10-16.20 | 10мин | 16.15-16.25 | 10мин | 16.15-16.30 | 15 мин | 16.20-16.35 | 15 мин |
| Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность | | ОДРМ, СД | 16.35-18.35 | 2ч  (60мин/  60мин) | 16.20-18.00 | 1ч 40мин  (60мин/  40мин) | 16.20-18.00 | 1ч 40мин  (60мин/  40мин | 16.30 –18.10 | 1ч 40 мин  (50мин/  50мин) | 16.35-18.15 | 1ч 40мин  (40 мин/  60мин) |
| Возвращение с прогулки, ужин, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой. | | ОДРМ, СД | 18.35-19.00 | 35 мин  (10мин/  25мин) | 18.00-19.00 | 1ч  (10мин/  50мин) | 18.00-19.00 | 1ч  (10мин/  50мин) | 18.10-19.00 | 50 мин  (10мин/  40мин) | 18.15-19.00 | 45 мин  (10мин/  35мин) |
| Общий подсчёт времени | Образовательная деятельность в режимных моментах | | 9ч 25мин | | 8ч 45 мин | | 8ч 35 мин | | 7ч 45мин/7ч 20мин | | 7ч 20 мин | |
| Занятия | | 20 мин | | 30 мин | | 40 мин | | 50мин/1ч 15мин | | 1ч 30мин | |
| Свободная деятельность | | 2 ч 15мин | | 2 ч 45мин | | 2 ч 45мин | | 3ч 25 мин | | 3ч 10 мин | |
| Прогулка | | 3ч | | 3ч10мин | | 3ч10мин | | 3 ч 10 мин | | 3ч | |
| Сон | | 3ч | | 2ч 30мин | | 2ч 30мин | | 2 ч30мин | | 2ч30мин | |

Режим дня детей в теплый период года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | | Тип  деятель  ности | 1 -младшая группа  1,6-3 года | | 2-я младшая группа  3-4года | | Средняя группа  4-5 лет | | Старшая группа  5-6 лет | | Подготовительная группа  6-7 лет | |
| Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность | Время в режиме дня | Длитель ность |
| Приём детей на улице,  свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика. | | ОДРМ, СД | 7.00-8.25 | 1 ч 25мин  (55мин/  30мин) | 7.00-8.25 | 1 ч 25 мин  (50мин/  35мин) | 7.00-8.25 | 1 ч 25 мин  (50мин/  35мин) | 7.00-8.25 | 1ч 25 мин  (30мин/  55мин) | 7.00-8.25 | 1 ч 25мин  (30мин/  55мин) |
| Утренний круг | | ОДРМ | 8.25-8.35 | 10 мин | 8.25-8.35 | 10 мин | 8.25-8.35 | 10мин | 8.25-8.40 | 15 мин | 8.25-8.40 | 15 мин |
| Подготовка к завтраку, завтрак | | ОДРМ | 8.35-9.00 | 25 мин | 8.35-9.00 | 25 мин | 8.35-9.00 | 25 мин | 8.40-9.00 | 20мин | 8.40-9.00 | 20 мин |
| Организованная познавательная деятельность | | ОДРМ | 9.00-9.10 | 10мин | 9.00- 9.15 | 15мин | 9.00- 9.20 | 20 мин | 9.00-9.25 | 25мин | 9.00-9.30 | 30мин |
| Подготовка к прогулке, прогулка, организованная двигательная деятельность, свободная деятельность | | ОДРМ СД | 9.10- 10.30 | 1ч 20 мин  (20мин/  60мин) | 9.15- 10.30 | 1ч 15 мин  (30мин/  45мин) | 9.20- 10.30 | 1ч 10 мин (30мин/ 40мин) | 9.25-10.30 | 1 ч 05 мин  (40мин/  25мин) | 9.30-10.30 | 1 ч  (40мин/  20мин) |
| Подготовка к завтраку, второй завтрак | | ОДРМ | 10.30-10.45 | 15 мин. | 10.30-10.45 | 15мин | 10.30-10.45 | 15мин | 10.30-10.40 | 10 мин | 10.30-10.40 | 10мин |
| Прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность | | ОДРМ, СД | 10.45-11.15 | 30 мин | 10.45-11.50 | 1ч 05мин  (30мин/  35мин) | 10.45-11.55 | 1ч 10 мин  (30мин/  40мин) | 10.40-12.10 | 1ч 30 мин  (30мин/  60мин) | 10.40-12.10 | 1 ч 30 мин  (20мин/  70мин) |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | | ОДРМ | 11.15-11.45 | 30мин | 11.50-12.20 | 30мин | 11.55-12.20 | 25мин | 12.10-12.30 | 20 мин | 12.10-12.30 | 20мин |
| Подготовка к обеду, обед | | ОДРМ | 11.45-12.15 | 30 мин | 12.20.-12.45 | 25 мин | 12.20-12.45 | 25 мин | 12.30-12.50 | 20мин | 12.30-12.50 | 20 мин |
| Подготовка ко сну, сон | | ОДРМ | 12.15-15. 15 | 3ч | 12.45-15.15 | 2ч 30 мин | 12.45-15.15 | 2ч 30 мин | 12.50-15.20 | 2ч 30мин | 12.50-15.20 | 2ч 30мин |
| Постепенный подъём, гимнастика после сна | | ОДРМ | 15.15-15.30 | 15мин | 15.15-15.30 | 15мин | 15.15-15.30 | 15мин | 15.20-15.30 | 10 мин | 15.20-15.30 | 10мин |
| Подготовка к полднику | | ОДРМ | 15.30- 15.55 | 25мин | 15.30- 15.55 | 25мин | 15.30- 15.50 | 205мин | 15.30- 15.50 | 20 мин | 15.30- 15.50 | 20мин |
| Чтение художественной литературы | | ОДРМ | 15.55-16.05 | 10 мин | 15.55-16.10 | 15 мин | 15.50-16.10 | 20 мин | 15.50 –16.15 | 25 мин | 15.50-.16.20 | 30 мин |
| Вечерний круг | | ОДРМ | 16.05- 16.15 | 10мин | 16.10-16.20 | 10мин | 16.10-16.20 | 10мин | 16.15-16.30 | 15 мин | 16.20-16.35 | 15 мин |
| Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность | | ОДРМ, СД | 16.15-18.15 | 2ч  (60мин/  60мин) | 16.20-18.00 | 1ч 40мин  (50мин/  50мин) | 16.20-18.00 | 1ч 40мин | 16.30 –18.10 | 1ч 40 мин  (40мин/  60мин) | 16.35-18.15 | 1ч 40мин  (40 мин/  60мин) |
| Возвращение с прогулки, ужин, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой. | | ОДРМ, СД | 18.15-19.00 | 45 мин  (10мин/  35мин) | 18.00-19.00 | 1ч  (10мин/  50мин) | 18.00-19.00 | (50мин/  50мин) | 18.10-19.00 | 50 мин  (10мин/  40мин) | 18.15-19.00 | 45 мин  (10мин/  35мин) |
| Общий подсчёт времени | Образовательная деятельность в режимных моментах | | 8ч 25мин | | 8ч 25 мин | | 8ч 15 мин | | 8ч | | 8ч | |
| Свободная деятельность | | 3 ч 35мин | | 3ч 35мин | | 3ч 45 мин | | 4ч | | 4ч | |
|  | Прогулка | | 3ч 50 мин | | 4 ч | | 4 ч | | 4ч 15 мин | | 4ч 10 мин | |
|  | Сон | | 3 ч | | 2ч 30 мин | | 2ч 30 мин | | 2ч 30 мин | | 2ч 30 мин | |