Режим дня детей на холодный период года

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты  | Тип деятельности | 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 группа3-4года  | 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 |