

**Режим и распорядок дня по возрастным группам  
Холодный период года  
(10,5-ти часовое пребывание детей в ДОУ с 7.30 ч до 18.00 ч)**

Режимные моменты	Возрастная группа/Возрастной диапазон/Время				
	Группа раннего возраста (2-3 лет)	Младшая (3-4 года)	Средняя (4-5 лет)	Старшая (5-6 лет)	Подготовительная (6-7 лет)
Утренний прием, термометрия, осмотр и опрос родителей о состоянии здоровья детей, игры, индивидуальная работа	7.30–8.10 (40 мин.)	7.30–8.10 (40 мин.)	7.30–8.15 (45 мин.)	7.30–8.30 (50 мин.)	7.30–8.40 (50 мин.)
Утренняя гимнастика	8.10–8.20 (10 мин.)	8.10–8.20 (10 мин.)	8.15–8.25 (10 мин.)	8.20–8.30 (10 мин.)	8.20–8.30 (10 мин.)
Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры до и после, посадка детей за столы)	8.20–8.40 (20 мин.)	8.20–8.40 (20 мин.)	8.25–8.45 (20 мин.)	8.30–8.45 (15 мин.)	8.30–8.45 (15 мин.)
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40–9.00 (20 мин.)	8.40–9.00 (20 мин.)	8.45–9.00 (15 мин.)	8.45–9.00 (15 мин.)	8.45–9.00 (15 мин.)
Образовательная деятельность (занятия) в игровой форме (по подгруппам)	9.00-09.10 (1 гр.) 9.20-09.30 (2 гр.)	-	-	-	-
Образовательная деятельность (занятия) в игровой форме (включая перерывы между занятиями не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	-	9.00–9.15 9.25–9.40 (30 мин.)	9.00–9.20 9.30–9.50 (40 мин.)	9.00–9.25 9.35–10.00 (50 мин.)	9.00–9.30 9.40–10.10 10.25–10.55 (90 мин.)
Совместные и самостоятельные игры, индивидуальная работа, чтение художественной	9.30-9.50 (20 мин.)	9.40-10.00 (20 мин.)	9.50-10.10 (20 мин.)	10.00-10.20 (20 мин.)	10.55-11.00 (5 мин.)

литературы					
Второй завтрак	9.50-10.00 (10 мин.)	10.00–10.10 (10 мин.)	10.10-10.20 (10 мин.)	10.20–10.30 (10 мин.)	10.15–10.20 (10 мин.)
Подготовка к прогулке, выход на прогулку, прогулка (наблюдения, подвижные, дидактические, с/р игры, труд, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) Возвращение с прогулки	10.10-11.40 (1ч.30 мин.)	10.10–11.50 (1ч.40 мин.)	10.20–12.00 (1ч.40 мин.)	10.30–12.10 (1ч.40 мин.)	11.00–12.30 (1ч.30 мин.)
Обед (подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры до и после, посадка детей за столами)	11.40– 12.10 (30 мин.)	11.50–12.20 (30 мин.)	12.00–12.30 (30 мин.)	12.10–12.40 (30 мин.)	12.30–12.55 (20 мин.)
Дневной сон (подготовка косну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати)	12.10– 15.10 (3ч.00 мин.)	12.20–15.00 (2ч.40 мин.)	12.30–15.00 (2ч.30 мин.)	12.40–15.10 (2ч.30 мин.)	12.55–15.15 (2ч.20 мин.)
Постепенный подъем (воздушные, закаливающие процедуры, индивидуальная работа)	15.10– 15.30 (20 мин.)	15.00–15.25 (25 мин.)	15.00–15.30 (25 мин.)	15.10–15.35 (25 мин.)	15.15–15.35 (20 мин.)
Полдник (подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры до и после, посадка детей за столами)	15.30– 15.50 (20 мин.)	15.25–15.40 (15 мин.)	15.30–15.45 (15 мин.)	15.35–15.50 (15 мин.)	15.35–15.45 (10 мин.)
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа	15.50– 16.30 (40 мин.)	15.40–16.30 (50 мин.)	15.45–16.30 (45 мин.)	15.50–16.30 (30 мин.)	15.45–16.10 (30 мин.)
Образовательная деятельность (по подгруппам, 2-ая половина дня старшая группа)	16.00-16.10 (1 гр.) 16.20-16.30 (2 гр.)	-	-	16.00-16.25	-
Прогулка (подготовка к прогулке, игровая деятельность), уход домой. Взаимодействие с родителями	16.30-18.00 (1ч.30 мин.)	16.30-18.00 (1ч.30 мин.)	16.30–18.00 (1ч.30 мин.)	16.30–18.00 (1ч.30 мин.)	16.10–18.00 (1ч.50 мин.)
Итого: с 7.30 до 18.00	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин

**Теплый период года**  
**(10,5-ти часовое пребывание детей в ДОУ с 7.30 ч до 18.00 ч)**

Режимные моменты	Возрастная группа/Возрастной диапазон/Время				
	Группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая (3-4 лет)	Средняя (4-5 лет)	Старшая (5-6 лет)	Подготовительная (6-7 лет)
Прием детей, взаимодействие с родителями, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30–8.20 (50 мин.)	7.30–8.25 (55 мин.)	7.30–8.30 (1ч.)	7.30–8.35 (1ч.05 мин.)	7.30–8.40 (1ч.10 мин.)
Завтрак: подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры до и после, посадка детей за столы	8.20–8.55 (35 мин.)	8.25–8.55 (30 мин.)	8.30–9.00 (30 мин.)	8.35–9.05 (30 мин.)	8.40–9.05 (25 мин.)
Индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность	8.55–9.30 (35 мин.)	8.55–9.30 (35 мин.)	9.00–9.35 (35 мин.)	9.05–9.40 (35 мин.)	9.05–9.40 (35 мин.)
Прогулка: подготовка к прогулке, совместная образовательная деятельность, индивидуальная работа, наблюдения, труд, самостоятельная игровая деятельность	9.30–11.40 (2ч.10 мин.)	9.30–11.50 (2ч.00 м)	9.35–11.55 (2ч.00 мин.)	9.40–12.15 (2ч.15 мин.)	9.40–12.20 (2ч.00 мин.)
Второй завтрак	9.50–10.10 (20 мин.)	9.55–10.15 (20 мин.)	10.00–10.20 (20 мин.)	10.05–10.25 (20 мин.)	10.10–10.30 (20 мин.)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40–11.55 (10 мин.)	11.50–12.00 (10 мин.)	11.55–12.15 (10 мин.)	12.15–12.25 (10 мин.)	12.20–12.30 (10 мин.)
Обед: подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры до и после, посадка детей за столами	11.55–12.25 (30 мин.)	12.00–12.30 (30 мин.)	12.15–12.45 (30 мин.)	12.25–12.50 (25мин.)	12.30–13.00 (30 мин.)

Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати)	12.25–15.25 (3ч.00 мин.)	12.30–15.00 (2ч.30 мин.)	12.45–15.15 (2ч.30 мин.)	12.50–15.20 (2ч.30 мин.)	13.00–15.30 (2ч.30 мин.)
Постепенный подъем, Совместная деятельность педагога с детьми	15.25–15.35 (20 мин.)	15.00–15.30 (30 мин.)	15.15–15.35 (20 мин.)	15.20–15.40 (20 мин.)	15.30–15.50 (20 мин.)
Полдник: подготовка к полднику	15.35–15.55 (20 мин.)	15.30–15.55 (25 мин.)	15.35–16.00 (25 мин.)	15.40–16.00 (20 мин.)	15.50–16.05 (15 мин.)
Совместная деятельность педагогов и детей, игры, самостоятельная деятельность	15.55–16.20 (25 мин.)	15.55–16.20 (25 мин.)	16.00–16.20 (20 мин.)	16.00–16.20 (20 мин.)	16.05–16.20 (15 мин.)
Прогулка: подготовка к прогулке, уход детей домой. Взаимодействие с родителями	16.20–18.00 (1ч.40 мин.)				
Итого: с 7.30 до 18.00	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин	10ч.30мин