



Режим дня
в холодный период года

Режимные моменты	1,5 – 3 года	3 – 5 лет	5 – 7 лет
Прием и осмотр детей, индивидуальная работа и самостоятельная деятельность, игры	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40
Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности (НОД)	8.40 – 8.45	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	8.45 – 8.55	9.00 – 9.50	9.00 – 10.05
Самостоятельная деятельность детей	8.55 – 10.05	9.50 – 10.05	-
Второй завтрак	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке	10.15 – 10.25	10.15 – 10.25	10.15 – 10.25
Прогулка, совместная и самостоятельная деятельность детей	10.25 – 11.35	10.25 – 12.05	10.25 – 12.05
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.35 – 11.50	12.05 – 12.15	12.05 – 12.15
Обед	11.50 – 12.10	12.15 – 12.35	12.15 – 12.35
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10 – 12.20	12.35 – 12:45	12.35 – 12.45
Дневной сон	12.20 – 15.20	12.45 – 15.00	12.45 – 15.00
Гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.20 – 15.30	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность детей	15.30 – 15.40	15.10 – 15.50	15.10 – 15.20
Непосредственно образовательная деятельность (НОД)	-	-	15.20 – 15.50
Полдник	15.40 – 15.50	15.50 – 16.00	15.50 – 16.00
Непосредственно образовательная деятельность (НОД)	16.00 – 16.10	-	-
Индивидуальная работа и самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.10 – 19.00	16.00 – 19.00	16.00 – 19.00