

## Режим дня в холодный период

### Группа раннего возраста

Время	Основная деятельность
7.30 - 8.00	Прием детей. Занятия по интересам. Индивидуальная работа
8.00-8.10	Утренняя гимнастика
8.10-8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.40-9.00	Подготовка к занятиям
9.00-9.30	Непосредственно образовательная деятельность.
9.30-11.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, наблюдение.
11.00-11.15	Возвращение с прогулки
11.15-12.00	Подготовка к обеду. Обед.
12.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъем.
15.10-15.30	Подготовка к полднику. Полдник.
15.30-16.00	Игры. Самостоятельная деятельность.
16.00-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Уход детей домой.

### Младшая группа

Время	Основная деятельность
7.30 - 8.20	Прием детей. Занятия по интересам. Индивидуальная работа.
8.20 - 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 - 8.35	Гигиенические процедуры
8.35 - 9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак
9.00 – 10.20	Непосредственная образовательная деятельность
10.20 – 11.40	Игры. Прогулка. Возвращение с прогулки
11.40 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед.
12.00 – 12.10	Гигиенические процедуры.
12.10 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.30 – 15.40	Подготовка к полднику. Полдник
15.40 – 17.30	Игры, самостоятельная деятельность Прогулка (в зависимости от погодных условий). Уход детей домой.

### Средняя группа

Время	Основная деятельность
7.30 – 8.00	Прием детей. Занятия по интересам. Индивидуальная работа
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.35	Гигиенические процедуры
8.35 – 9.00	Завтрак
9.00 – 10.00	Непосредственная образовательная деятельность
10.00 – 10.20	Игры, подготовка к прогулке
10.20 – 11.40	Прогулка. Возвращение с прогулки
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед

12.20 – 12.30	Гигиенические процедуры.
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.25 – 15.40	Полдник
15.40 – 17.30	Игры, самостоятельная деятельность Прогулка (в зависимости от погодных условий). Уход детей домой.

### Старшая группа

Время	Основная деятельность
7.30 – 8.00	Прием детей. Занятия по интересам. Индивидуальная работа
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.35	Гигиенические процедуры
8.35 – 9.00	Завтрак
9.00 – 10.40	Непосредственная образовательная деятельность
10.40 – 10.50	Игры, подготовка к прогулке
10.50 – 12.00	Прогулка. Возвращение с прогулки
12.00 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед
12.20 – 12.30	Гигиенические процедуры.
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.40	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.40 – 16.00	Полдник
16.00 – 17.30	Игры, самостоятельная деятельность Прогулка (в зависимости от погодных условий). Уход детей домой.

### Подготовительная группа

Время	Основная деятельность
7.30 – 8.00	Прием детей. Занятия по интересам. Индивидуальная работа
8.30 – 8.40	Утренняя гимнастика
8.40 – 8.45	Гигиенические процедуры
8.45 – 9.00	Завтрак
9.00 – 11.00	Непосредственная образовательная деятельность
11.00 – 11.10	Подготовка к прогулке
11.10 – 12.00	Прогулка. Возвращение с прогулки
12.00 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед
12.20 – 12.30	Гигиенические процедуры.
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.30 – 15.40	Полдник
15.40 – 17.30	Игры, самостоятельная деятельность Прогулка (в зависимости от погодных условий). Уход детей домой.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Летний период года**

**Младшая группа**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7.30 – 8.00	Прием детей на улице. Игры.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика, разминка на улице.
8.30 – 8.35	Гигиенические процедуры
8.35 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.30	Игры, свободная деятельность детей
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке
9.40 – 11.30	Прогулка (наблюдение, подвижные игры, сюжетно ролевые игры, игры с водой, игры с песком, закаливающие процедуры: солнечные и воздушные ванны, соблюдение питьевого режима, свободная деятельность детей). Возвращение с прогулки
11.30 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 12.10	Гигиенические процедуры.
12.10 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.20 – 15.40	Полдник
15.40 – 17.30	Прогулка. Уход детей домой.

**Средняя группа**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7.30 – 8.00	Прием детей на улице. Игры.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика, разминка на улице.
8.30 – 8.35	Гигиенические процедуры
8.35 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.30	Игры, свободная деятельность детей
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке
9.40 – 11.40	Прогулка (наблюдение, подвижные игры, сюжетно ролевые игры, игры с водой, игры с песком, закаливающие процедуры: солнечные и воздушные ванны, соблюдение питьевого режима, свободная деятельность детей). Возвращение с прогулки
11.40 – 12.10	Подготовка к обеду. Обед
12.10 – 12.20	Гигиенические процедуры.
12.20 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.25 – 15.40	Полдник
15.40 – 17.30	Прогулка. Уход детей домой.

### Старшая группа

Время	Основная деятельность
7.30 – 8.00	Прием детей на улице. Игры.
8.30 – 8.40	Утренняя гимнастика, разминка на улице.
8.40 – 8.45	Гигиенические процедуры
8.45 – 9.00	Завтрак
9.00 – 10.00	Игры, свободная деятельность детей.
10.00 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.50	Прогулка (наблюдение, подвижные игры, сюжетно ролевые игры, игры с водой, игры с песком, закаливающие процедуры: солнечные и воздушные ванны, соблюдение питьевого режима, свободная деятельность детей). Возвращение с прогулки.
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед
12.20 – 12.30	Гигиенические процедуры.
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.40 – 15.50	Полдник
15.50 – 17.30	Прогулка. Уход детей домой.

### Подготовительная группа

Время	Основная деятельность
7.30 – 8.00	Прием детей на улице. Игры.
8.30 – 8.40	Утренняя гимнастика, разминка на улице.
8.40 – 8.45	Гигиенические процедуры
8.45 – 9.00	Завтрак
9.00 – 10.00	Игры, свободная деятельность детей.
10.00 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.50	Прогулка (наблюдение, подвижные игры, сюжетно ролевые игры, игры с водой, игры с песком, закаливающие процедуры: солнечные и воздушные ванны, соблюдение питьевого режима, свободная деятельность детей). Возвращение с прогулки.
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед
12.20 – 12.30	Гигиенические процедуры.
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Пробуждение. Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры. Игры
15.40 – 15.50	Полдник
15.50 – 17.30	Прогулка. Уход детей домой.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845720

Владелец Кобякова Надежда Викторовна

Действителен с 22.11.2022 по 22.11.2023