



Режим дня воспитанников в холодный период года (сентябрь - май)

№	Режимные моменты *Гибкость в режиме дня	Ранний и младший дошкольный возраст с 1 до 4 лет	Средний дошкольный возраст с 4 до 5 лет	Старший дошкольный возраст с 5 до 6 лет	Подготовительный дошкольный возраст с 6 до 7 лет
1.	Прием детей. Сам. игровая деят. Индивидуальная работа с детьми*	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
2.	Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20	8.30 – 8.40	8.30 – 8.40	8.30 – 8.40
3.	Завтрак	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00
4.	НОД/ Сам. игровая деят. *	9.10 – 9.40	9.00 – 10.50	9.00 – 10.50	9.00 – 10.50
5.	2-й завтрак*	10.30	10.30	10.30	10.30
6.	Подготовка к прогулке ¹ . Прогулка	10.30 – 12.00	10.50 – 12.15	10.50 – 12.15	10.50 – 12.15
7.	Подготовка к обеду. КГН. Обед	12.00 – 12.30	12.15 – 12.35	12.15 – 12.35	12.15 – 12.35
8.	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 – 15.30	12.35 – 15.15	12.35 – 15.15	12.35 – 15.15
9.	Постепенный подъем детей. Гимнастика после дневного сна. КГН	15.30 – 15.45	15.15 – 15.45	15.15 – 15.45	15.15 – 15.45
10.	Полдник	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00
11.	Самостоятельная игровая деятельность	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30
12.	Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30
13.	Беседа с родителями. Уход детей домой.	17.30	17.30	17.30	17.30

*Гибкость в режиме дня

¹ В случае ненастной погоды (дождь, сильный ветер) прогулка в 1-ю или 2-ю половину дня рекомендуются проводить следующие виды деятельности: игровая деятельность, совместная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа, коммуникативные, экологические игры, экспериментирование. Дидактические игры и упражнения, подвижные игры малой активности, самостоятельная двигательная активность. Допускается использование других помещений (столовой, спальни) для проведения таких видов деятельности, как художественно-эстетическая, игры малой активности и пр. (в это время проходит проветривание игровой)