

Примерный гибкий режим дня (распорядок дня) на первый (холодный) период (с 1 сентября по 31 мая)

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет.				
Содержание	Время			
Холодный период года				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30			
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00			
Игры, подготовка к занятиям	9.00 - 9.30			
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 - 9.40 9.50 - 10.00			
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 - 11.30			
Второй завтрак	10.30 - 11.00			
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 - 12.00			
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30			
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30			
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00			
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.30			
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 - 16.10 16.20 - 16.30			
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 - 18.00			
Уход детей домой	до 18.00			
Режим дня в дошкольных группах от 3-7 лет.				
Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00

Игры, подготовка к занятиям	9.00 - 9.20	9.00 - 9.15	9.00 - 9.15	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20 - 10.00	9.15 - 10.05	9.15 - 10.15	9.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 - 12.00	10.05 - 12.00	10.15 - 12.00	10.50 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Обед	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	16.00 - 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.25 - 17.00	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	16.40 - 18.00
Уход домой	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00

Примерный гибкий режим дня (распорядок дня) на теплый (второй) период (с 1 июня по 31 августа)

Теплый период года для детей от 2-3 лет				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30			
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00			
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 - 9.30			
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 - 11.30 9.40 - 9.50 10.00 - 10.10			
Второй завтрак	10.30 - 11.00			
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 - 12.00			
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30			
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30			
Полдник	15.30 - 16.00			
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 - 18.00 16.20 - 16.30 16.40 - 16.50			
Уход детей домой	До 18.00			
Теплый период года для детей от 3 до 7 лет				
	3-4 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 - 9.20	9.00 - 9.15	9.00 - 9.15	-
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20 - 12.00	9.15 - 12.00	9.15 - 12.00	9.00 - 12.00

Обед	12.00 - 13.00	12.00 13.00	- 12.00 - 13.00	- 12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 15.30	- 13.00 - 15.30	- 13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 16.00	- 15.30 - 16.00	- 15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00	16.00 17.00	- 16.00 - 17.00	- 16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 18.00	17.00 18.00	- 17.00 - 18.00	- 17.00 - 18.00
Уход домой	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00