

ПРИНЯТ
 решением
 педагогического совета
 протокол № 1
 от 25.08.2013.



Г.С.Долгорука

Режим дня

Содержание	Время	
	1 год-1,5 года	1,5 лет-2 года
Холодный период года		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.00-8.00	6.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35	8.00-8.35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.30	8.35-9.00
Подготовка ко сну, первый сон	9.30-12.00	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	9.00-9.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	-	9.30-10.00
Второй завтрак ¹	увеличивается калорийность основного завтрака	10.00-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.30-11.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.00-13.10	-
	13.20-13.30	
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00	-
	14.10-14.20	
Подготовка ко сну, второй сон	14.30-16.00	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, уплотненный полдник	16.00-16.30	15.00-15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный	-	15.30-16.00

Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, двигательная активность, досуги, общение. Уход детей домой	16.30-18.00	16.00-18.00
Теплый период года		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	6.00-8.00	6.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35	8.00-8.35
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение.		8.35-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.35-10.00	9.00-11.30
Второй завтрак ¹⁴	увеличивается калорийность основного завтрака	10.00-10.30
Подготовка ко сну, первый сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	10.00-12.30	-
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.00
Подготовка к прогулке, прогулка, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30-15.00	-
Подготовка ко сну, сон	15.00-16.30	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	16.30-17.00	15.00-15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	17.00-17.30	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.30-18.00	16.00-18.00

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	6.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение, подготовка к занятиям	8.35-9.00
Занятия	9.00-9.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	9.30-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30-16.00
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, двигательная активность, досуги, общение. Уход детей домой	16.00-18.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	6.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00- 8.35
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.35-9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	9.30-11.30
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.00-18.00

Примерный режим дня в дошкольных группах

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)	6.00-8.00	6.00-8.10	6.00-8.10	6.00-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35	8.10-8.40	8.20-8.50	8.25-8.55
Игры, подготовка к занятиям	8.35-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение по интересам	9.40-10.00	9.50-10.00	-	-
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.55	10.10-12.00	10.10-12.05	10.50-12.25

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.20	12.00-12.30	12.05-12.35	12.25-12.55
Подготовка ко сну, сон,	12.20-15.00	12.30-15.00	12.35-15.00	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Совместная деятельность взрослого с детьми, дополнительное образование, досуги	15.15-15.40	15.15-15.45	15.15-16.00	15.15-16.05
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.40-16.10	15.45-16.15	16.00-16.30	16.05-16.35
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам, двигательная активность	16.10-17.00	16.15-17.00	16.30-17.00	16.35-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) на свежем воздухе	6.00-8.00	6.00-8.10	6.00-8.10	6.00-8.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.35	8.10-8.40	8.20-8.50	8.25-8.55
Самостоятельная деятельность детей по интересам, общение	8.35-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.00-11.55	9.00-12.00	9.00-12.05	9.00-12.25
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.20	12.00-12.30	12.05-12.35	12.25-12.55
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.20-15.15	12.30-15.15	12.35-15.15	12.55-15.15
Самостоятельная деятельность детей по интересам, общение	15.15-15.40	15.15-15.45	15.15-16.00	15.15-16.05
Подготовка к уплотненному	15.40-16.10	15.45-16.15	16.00-16.30	16.05-

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
полднику, уплотненный полдник				16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.10-18.00	16.15-18.00	16.30-18.00	16.35-18.00