

Общий режим дня воспитанников на холодный период

Вид деятельности	Время в режиме дня				
	2-3 года	3-4 года	4-5 года	5-6 лет	6-7 лет
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность, прогулка, игры, труд, наблюдения, утренняя гимнастика.	6 ⁰⁰ – 8 ⁰⁰	6 ⁰⁰ – 8 ¹⁰	6 ⁰⁰ – 8 ²⁰	6 ⁰⁰ – 8 ²⁰	6 ⁰⁰ – 8 ²⁰
Подготовка к завтраку, завтрак.	8 ⁰⁰ – 8 ²⁰	8 ¹⁰ – 8 ⁴⁰	8 ²⁰ – 8 ⁴⁰	8 ²⁰ – 8 ⁴⁰	8 ³⁰ – 8 ⁴⁰
Утренний круг	-	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ³⁰ – 9 ⁰⁰
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8 ²⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰	8 ⁴⁰ – 9 ⁰⁰
Общая продолжительность занятий (включая перерывы по 10 минут).	9 ⁰⁰ – 9 ³⁰	9 ⁰⁰ – 10 ⁰⁰	9 ⁰⁰ – 10 ¹⁰	9 ⁰⁰ – 10 ⁴⁰	9 ⁰⁰ – 10 ⁵⁰
Второй завтрак. Подготовка к прогулке.	9 ⁴⁰ – 9 ⁵⁰	10 ⁰⁰ – 10 ¹⁰	10 ¹⁰ – 10 ²⁰	10 ⁴⁰ – 10 ⁵⁰	10 ¹⁰ – 10 ²⁰
Прогулка.	10 ⁰⁰ – 10 ⁴⁵	10 ¹⁰ – 12 ⁰⁰	10 ²⁰ – 12 ¹⁰	10 ⁵⁰ – 12 ³⁰	10 ⁵⁰ – 12 ³⁰
Возвращение с прогулки, игры.	11 ³⁰ – 11 ⁴⁵	12 ⁰⁰ – 12 ²⁰	12 ¹⁰ – 12 ³⁰	12 ³⁰ – 12 ⁵⁰	12 ³⁰ – 12 ⁵⁰
Подготовка к обеду, обед.	11 ¹⁰ – 11 ⁵⁰	12 ²⁰ – 13 ⁰⁰	12 ³⁰ – 13 ¹⁰	12 ⁵⁰ – 13 ²⁰	12 ⁵⁰ – 13 ²⁰
Сон.	12 ⁰⁰ – 14 ⁴⁵	13 ⁰⁰ – 15 ¹⁰	13 ¹⁰ – 15 ¹⁰	13 ²⁰ – 15 ¹⁰	13 ²⁰ – 15 ¹⁰
Постепенный подъём, закаливание, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	14 ⁵⁰ – 15 ⁰⁰	15 ¹⁰ – 15 ³⁰	15 ¹⁰ – 15 ³⁰	15 ¹⁰ – 15 ³⁰	15 ¹⁰ – 15 ³⁰
Полдник.	15 ⁰⁵ – 15 ²⁵	15 ⁰⁵ – 15 ³⁰	15 ⁰⁵ – 15 ³⁰	15 ⁰⁵ – 15 ³⁰	15 ⁰⁵ – 15 ³⁰
Занятия, кружковая работа, совместная и самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.	15 ²⁵ – 16 ¹⁵	15 ³⁵ – 16 ⁵⁰	15 ³⁵ – 16 ⁵⁰	15 ³⁵ – 16 ⁵⁰	15 ³⁵ – 16 ⁵⁰
Вечерний круг	-	16 ⁵⁰ – 17 ⁰⁰	16 ⁵⁰ – 17 ⁰⁰	16 ⁵⁰ – 17 ⁰⁰	16 ⁵⁰ – 17 ⁰⁰
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой.	16 ¹⁵ – 18 ⁰⁰	17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰	17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰	17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰	17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰