

**Примерный режим дня в детском саду на холодный период года  
при 12 часовом пребывании детей (дошкольные группы)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>ранний возраст</b>	<b>младшая группа</b>	<b>средняя группа</b>	<b>старшая группа</b>	<b>подготов. группа</b>
<i>Дома</i> Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
<b>В ДОУ.</b> Утренний прием детей. Игры, общение, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.06	8.00-8.08	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры. Подготовка к образовательной деятельности.	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность. Образовательные ситуации (общая длительность, включая время перерыва)	9.00-9.30 (по подгруппам)	9.00-9.40	9.00-9.50 (10.20)	9.00-10.00 (10.35)	9.00-10.10 (10.50)
Игры. Подготовка к прогулке.	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Игры. Подготовка к прогулке.	9.50-10.00	9.50-10.10	10.20-10.35	10.45-10.55	10.50-11.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд – средние, старшие группы – экспериментирование, общение по интересам)	10.00-11.20	10.10-11.45	10.35-12.00	10.55-12.25	11.00-12.35
Возвращение с прогулки	11.20-11.40	11.45-12.00	12.00-12.15	12.25-12.35	12.35-12.45
Подготовка к обеду. обед	11.40-12.10	12.00-12.30	12.15-12.50	12.35-13.05	12.45-13.15
Подготовка ко сну. Закаливающие процедуры. Дневной сон	12.10-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.05-15.00	13.15-15.00
Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры. Игры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику. Полдник.	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность по интересам, общение.	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к образовательной деятельности. Образовательная деятельность. игры	16.00-16.30 (по подгруппам)	16.00-16.15	16.00-16.20	16.00-16.25	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.30-17.00	16.15-17.00	16.20-17.10	16.25-17.15	16.30-17.25
Подготовка к ужину. Ужин.	17.00-17.10 17.10-17.40	17.00-17.15 17.15-17.45	17.10-17.20 17.20-17.50	17.15-17.25 17.25-17.55	17.15-17.25 17.25-17.55
Игры. Выход на прогулку. Уход детей домой.	17.40-19.00	17.45-19.00	17.50-19.00	17.55-19.00	17.55-19.00
<i>Дома.</i> Прогулка	19.00-19.30	19.00-20.00	19.00-20.10	19.00-20.15	19.00-20.15
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Гигиенические процедуры.	19.30-21.00	20.00-21.00	20.10-21.00	20.15-21.00	20.15-21.00
Ночной сон	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30

Время занятий по подгруппам указано вместе с 10-минутным перерывом

**Примерный режим дня в детском саду на теплый период года  
при 12 часовом пребывании детей (дошкольные группы)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>ранний возраст</b>	<b>младшая группа</b>	<b>средняя группа</b>	<b>старшая группа</b>	<b>подготов. группа</b>
<i>Дома.</i> Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
<b>В ДОУ.</b> Прием детей. Игры. Самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Дежурства. Утренняя гимнастика на улице.	8.00-8.06	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.10-8.50	8.20-8.40	8.25-8.45	8.35-8.55	8.35-8.55
Игры. Подготовка к прогулке, образовательной деятельности Выход на прогулку.	8.50-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.55-9.10	8.55-9.10
Образовательная деятельность на участке.	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.10-9.35	9.10-9.40
Игры на улице, наблюдения, совместная, самостоятельная де- ятельность. Труд на участке, экс- периментирование. Воздушные и солнечные ванны.	9.10-11.30	9.15-11.35	9.20-12.00	9.35-12.25	9.40-12.35
Возвращение с прогулки. Водные процедуры	11.30-11.50	11.35-11.55	12.00-12.10	12.25-12.35	12.35-12.45
Подготовка к обеду. Обед.	11.50-12.25	11.55-12.30	12.10-12.35	12.35-13.00	12.45-13.15
Подготовка ко сну. Закаливающие процедуры. Днев- ной сон.	12.30-15.10	12.30-15.10	12.35-15.10	13.00-15.10	13.15-15.10
Подъем. Гимнастика после сна. Воздушные, водные процедуры. Игры.	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25
Полдник.	15.25-15.45	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50
Игры. Самостоятельная и сов- местная деятельность. Подготовка к прогулке. Выход на прогулку. Игры, Труд на участке. Наблюдения.	15.45-16.45	15.50-17.00	15.50-17.05	15.50-17.15	15.50-17.15
Возвращение с прогулки. Гигиен- ические процедуры. Подготовка к ужину. Ужин.	16.45-17.00 17.00-17.40	17.00-17.10 17.10-17.45	17.05-17.15 17.15-17.45	17.15-17.25 17.25-17.50	17.15-17.25 17.25-17.50
Игры. Выход на прогулку. Уход детей домой.	17.40-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00
<i>Дома.</i> Прогулка Возвращение с прогулки. Спо- койные игры. Гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00 20.00-21.00 21.00-6.30	19.00-20.00 20.00-21.00 21.00-6.30	19.00-20.10 20.10-21.00 21.00-6.30	19.00-20.15 20.15-21.00 21.00-6.30	19.00-20.15 20.15-21.00 21.00-6.30