

Режим дня на холодный период времени года

Режимные моменты	Группа раннего возраста (1,6-3 года)	Группа младшего дошкольного возраста (3-4год)	Группа среднего дошкольного возраста (4-5 лет)	Группа старшего дошкольного возраста (5-6 лет)	Группа старшего дошкольного возраста (6-7 лет)
Утренний прием детей, осмотр, работа с родителями. Самостоятельная деятельность детей: общение, игры	7.30 – 8.10	7.30 – 8.10	7.30 – 8.00	7.30 -8.05	7.30 – 8.15
Совместная деятельность детей и взрослого; зарядка	8.10 -8.15	8.00 – 8.05	8.05 – 8.12	8.15 – 8.25	8.25 – 8.40
Самостоятельная деятельность детей; личная гигиена, подготовка к завтраку	8.15 – 8.30	8.15 – 8.20	8.15 -8.30	8.15 – 8.30	8.25 – 8.40
Завтрак	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45	8.40 – 8.50
Самостоятельная деятельность детей, общение, подготовка к ООД, трудовая деятельность	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность детей и взрослого: игры, образовательные ситуации, организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа:	9.00- 9.20	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00/10.40
Из них ООД (максимальная общая длительность)	10 мин.	30 мин.	40 мин.	45 мин.	60 мин.
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение, предметно – манипулятивная деятельность	9.20 – 9.40	9.40 -10.00	9.50 – 10.10	10.00 -10.10 10.15 – 10.25	9.30 – 10.10 (2 д./нед.) 10.15 – 10.40 (3 д/нед)
Второй завтрак	10.00 – 10.10	10.00 – 10.10	10.10 – 10.15	10.10 – 10.15	10.10 – 10.15
Самостоятельная деятельность детей; личная гигиена, подготовка к прогулке	10.10 – 10.25	10 – 10.25	10.15 – 10.30	10.25 – 10.40	10.40 – 10.50
Прогулка (в т.ч. самостоятельная деятельность на прогулке)	10.25 – 11.25 (15 мин.)	10.25 – 11.45 (15 мин.)	10.30 – 12.00 (30 мин)	10.40 – 12.15 (35 мин)	10.50 – 12.30 (40мин)
Самостоятельная деятельность детей; возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду	11.25 – 11.40	11.45 – 12.00	12.00 – 12.15	12.15 – 12.30	12.30 -12.40
Обед	11.40-12.00	12.00-12.20	12.15 – 12.30	12.30 -12.45	12.40 -12.55

Самостоятельная деятельность детей; личная гигиена, подготовка ко сну	12.00 -12.10	12.20 -12.30	12.30-12.40	12.45 -12.50	12.55 -13.00
Сон	12.10 - 15.15	12.30-15.10	12.40-15.10	12.50-15.10	13.00 -15.10
Самостоятельная деятельность детей; постепенный подъем, закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика, личная гигиена	15.15 – 15.30	15.10 – 15.25	15.10-15.20	15.10-15.20	15.15 -15.25
Самостоятельная деятельность детей и взрослого, игры, организованная образовательная деятельность, индивид. Работа	15.30 - 15.40	15.25 -15.40	15.20-15.45	15.20 – 15.45	15.25 – 15.55
Из них ООД (максимальная общая длительность)	9 мин 5д/нед	-	-	25 мин 1-2д/нед	30мин 3д/в нед
Самостоятельная деятельность детей, личная гигиена, подготовка к полднику	15.40 –15.45	15.40 – 15.45	15.45 – 16.00	15.50 -16.00	16.00 -16.10
Уплотненный полдник	15.45 –16.00	15.45 -16.00	15.50-16.00	15.50 -16.30	16.00 -16.10
Совместная деятельность детей и взрослого; игры, общение, творческие мастерские, индивидуальная работа	16.00-16.10	16.00 -16.20	16.00 -16.20	16.00 -16.15	16.10 -16.20
Самостоятельная деятельность детей; личная гигиена, подготовка к прогулке	16.10-16.20	16.20 -16.30	16.20 -16.30	16.15 – 16.30	16.20 -16.30
Прогулка (в т.ч. самостоятельная деятельность на прогулке) Работа с родителями, уход детей домой.	16.20-18.00 (20мин)	16.30 – 18.00 (20 мин)	16.30 – 18.00 (35 мин)	16.30 – 18.00 (40 мин)	16.30 – 18.00 (40 мин)
ИТОГО					
Продолжительность дневного сна(согласно.11.7СанПиН)	3 ч. 05мин	2 ч. 40мин.	2 ч. 30 мин.	2 ч. 20 мин.	2 ч. 10 мин.
Продолжительность прогулки (согласно п. 11.5 СанПиН с учетом климатических условий, возраста детей и режима работы МДОУ)	2 ч. 40 мин	2 ч.50мин	3 часа	3 ч. 05 мин	3 ч.10 мин
Максимальная продолжительность ООД в течение дня /согласно п.11.9 - 11.13, 12.4 -12.5 СанПиН)	18 мин	30 мин	40 мин	45 мин	90 мин
Продолжительность самостоятельной деятельности детей/согласно п.11.8 СанПиН)	3 ч.15 мин	3 ч. 15 мин	3.ч.30 мин	3 ч.45 мин	3 ч. 46 мин