



**Режим и распорядок дня**  
**Холодный период**

№ п/п	Группа Режимный момент	Р.в. (1,5-2 года)	I младшая (2-3 года)	II младшая (3-4 года)	Средняя (4-5 года)	Старшая (5-6 лет)	Подгото- вительная (6-7 лет)
1.	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.08	7.00-8.10	7.00-8.20
2.	Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.08	8.00-8.08	<b>8.00-8.08</b>	<b>8.08-8.15</b>	<b>8.15-8.22</b>	<b>8.22-8.30</b>
3.	Подготовка к завтраку, <b>завтрак</b>	8.08-8.35	8.08-8.40	8.08-8.45	8.15-8.45	8.22-8.50	8.30-8.50
4.	Гигиенические процедуры. Подготовка к занятиям	8.35-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-8.55
5.	Занятия Совместная деятельность	9.00-10.40	9.00-10.40	9.00-10.40	9.00-10.50	9.00-10.45	8.55-10.50
6.	Подготовка к прогулке <b>Прогулка</b> Возвращение с прогулки	<b>10.40-11.50</b>	<b>10.40-11.55</b>	<b>10.40-11.55</b>	<b>10.50-12.10</b>	<b>10.45-12.10</b>	<b>10.50-12.15</b>
7.	Подготовка к обеду <b>Обед</b>	11.50-12.15	11.55-12.15	11.55-12.15	12.10-12.40	12.10-12.40	12.15-12.40
8.	Подготовка ко сну <b>Дневной сон</b> Постепенный подъём.	<b>12.15-15.15</b>	<b>12.15-15.15</b>	<b>12.15-15.15</b>	<b>12.40-15.10</b>	<b>12.40-15.10</b>	<b>12.40-15.10</b>
9.	Закаливание, гигиенические процедуры	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.25	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
10.	занятие, совместная деятельность, игры	15.30-16.15	15.30-16.20	15.25-16.25	15.20-16.30	15.20-16.35	15.20-16.40
11.	<b>Полдник «усиленный»</b>	<b>16.15-16.35</b>	<b>16.20-16.40</b>	<b>16.25-16.45</b>	<b>16.30-16.45</b>	<b>16.35-16.45</b>	<b>16.40-16.55</b>
12.	Индивидуальная работа с детьми, игры, чтение худ. Литературы	16.35-16.50	16.40-17.00	16.40-17.00	16.45-17.05	16.45-17.10	16.55-17.15
13.	<b>Прогулка</b>	<b>16.50-18.40</b>	<b>17.00-18.45</b>	<b>17.00-18.45</b>	<b>17.05-18.45</b>	<b>17.10-18.45</b>	<b>17.15-18.45</b>
14.	Уход домой	18.40-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

