3.3. Режим дня

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)

Вид	2 группа раннего		младшая		средняя	-		старшая группа		подготовительна	
деятельно	возраста		группа		группа				я к школе группа		
сти	Bpe-	Длитель	Время	Длите	Время	Длит	Время	Длите	Время	Длитель	
	МЯ В	-ность	В	ль-	В	ель-	В	ль-	В	-ность	
	режим		режим	ность	режим	ность	режим	ность	режим		
TT	е дня	1 20	е дня	1 50	е дня	<i></i>	е дня	5.5	е дня	1	
Прием,	6.30-	1ч30ми	6.30-	1ч50м	7.30-	55ми	7.30-	55мин	7.30-	1ч	
осмотр,	8.00	H.	8.20	ин.	8.25	H.	8.25		8.30		
игры, ежедневна											
я утренняя	7.50		8.00		8.00		8.10		8.20		
гимнастик	7.50		0.00		0.00		0.10		0.20		
a											
Подготовк	8.00-	20мин.	8.20-	25мин	8.25-	20ми	8.25-	15мин	8.30-	15мин	
ак	8.20	20мин.	8.45	23МИН	8.45	20MИ Н.	8.40		8.45	ТЭМИН	
завтраку,	0.20		0.43	•	0.43	п.	0.40	•	0.43		
завтраку,											
Игры,	8.20-	30мин.	8.45-	15мин	8.35-	15ми	8.35-	15	8.40	10 мин	
самостоят	8.50	Joinin.	9.00	10.11111	8.50	Н	8.50	мин	8.50	10 Milli	
ельная	0.00		7.00		0.00		0.00		0.00		
деятельно											
сть детей;											
Организов	В		В		В		В		В		
анная	соотве		соотве		соотве		соотве		соотве		
образоват	тствии		тствии		тствии		тствии		тстви		
ельная	распис		распис		распис		распис		И		
деятельно	анию		анию		анию		анию		распи		
сть	на		на		на		на		санию		
	2018-		2018-		2018-		2018-		на		
	2019		2019		2019		2019		2018-		
	учебн		учебн		учебн		учебн		2019		
	ый год		ый год		ый год		ый год		учебн		
									ый		
Количеств		10	10	<u> </u> }	10)	10		год 12		
0		10	1	O	1.	,	10		12		
ООД в											
неделю											
Длительно	По пол	группам	15м	ин	20м	ин	25м	шн	3(Эмн.	
сть одного		е 10мин.	1314		2011		2310			J.W111.	
ООД	110 00110	• 10111111									
Общая	1 заняти	е 1 п/л	1 заняти	e 9 00-	1 заняти	e 9 00-	1 заняти	e 9 00-	1 заняти	ie	
продолжи	2 заняти		9.15		9.20		9.25		9.00-9.30		
тельность		. 0	2 заняти	e 9.25-	2. заняти	те 9.30-	2 заняти	e 9.35-	2 заняти		
образоват	20мин	⊦ 10 мин	9.40		9.50		9.55		9.40-10.		
ельного	перерыв								3 заняти	re 10.20-	
процесса			30мин. +	- 10	30мин. ⊣	- 10	45мин. ⊣	⊢ 10	10.50		
(включая			мин пере		мин пер		мин пер				
перерывы)			м\у занятий		м∖у заня	тий	м\у заня		1ч.50ми		
							(по усмо	-	_	рерыв м\у	
							педагога		занятия	МИ	
							ООД «20				
							второе С	ЮД 25			
							мин.)				
							2 полови	ина пра			
							2 110,110BF	ша дпи			
	l .		1				1				

							рисован мин. в со ООД физкуль ка	ередине тминут		
Самостоят ельная игровая деятельно сть, игра	8.50- 9.20	30мин	9.45- 10.10	25мин	9.50- 10.20	30ми н	10.15- 10.50	35мин	10.50- 11.20	30мин
Второй завтрак (рекоменд уемый)	09.10		10.00		10.00		10.20		10.40	
*Подготов ка к прогулке, прогулка	09.30- 11.00	1ч30ми н.	10.10- 12.00	1ч.50 мин	10.20- 12.10	1ч50 мин	10.50- 12.25	1ч.35 мин	11.20- 12.35	1ч15мин
Возвраще ние с прогулки, гигиениче ские процедуры, игра	11.00- 11.30	30мин.	12.00- 12.20	20мин	12.10- 12.30	20ми н.	12.25- 12.40	20мин	12.35- 12.50	15мин.
Подготовк а к обеду, обед	11.30- 12.00	30мин	11.40- 12.00	20мин	12.10- 12.30	20ми н	12.40- 13.00	20мин	12.40- 13.00	20мин
Сон	12.00- 15.00	3ч.	12.00- 15.00	3ч.	12.30- 15.00	2ч.30 мин	13.00- 15.00	2ч.	13.00- 15.00	2ч
Гимнасти ка после сна, закаливан ие, гигиениче ские процедур ы, самостоят ельная деятельно сть, подготовк а к полднику Полдник	15.00- 15.15	15мин.	15.00- 15.15	15мин .	15.00- 15.15	15ми н.	15.00- 15.20	20мин .	15.00- 15.20	20мин.
	-15.30		-15.30	мин	-15.30	мин	-15.35		-15.35	
Образоват ельная деятельно сть. Дополнит ельное образован ие (бесплатн ые кружки) в совместно й деятельно	16.00- 16.30	10 мин.	16.00- 16.15	15мин	16.00- 16.20	20ми н	16.00- 16.25	25мин	16.00- 16.30	30мин.

сти взрослого и детей.										
Организац ия игровой деятельно сти, игра	15.15- 16.30 17.30- 18.30	3ч.15ми н.	15.25- 16.00- 16.15- 16.30 17.30- 18.30	3ч.05 мин.	15.15- 15.25- 15.50- 16.00 16.20- 16.50	1ч35 мин	15.30- 16.00 16.25- 16.50	1ч20м ин	15.30- 16.00 16.30- 16.50	1ч20мин
Подготовк а ужину, ужин	16.15	15 мин	16.15	15 мин						
*Подготов ка к прогулке, вечерняя прогулка. Уход детей домой	16.30- 17.30	1ч	16.30- 17.30	14.	16.50- 17.30	40ми н.	16.50- 17.30	40мин	16.50- 17.30	40мин.
Возвраще ние с прогулки, самостоят ельная игровая деятельно сть. Уход детей домой	17.30 -18.30		17.30- 18.30						-	

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ (тёплый период)

Вид	2 группа		младшая		Средняя		Старшая группа		Подготовительна	
деятельнос	раннего		группа		группа				я к школе группа	
ти	возраста группа									
	Вре-мя	Длите	Время	Длите	Время	Длит	Время	Длите	Время	Длитель
	В	ль-	В	ль-	В	ель-	В	ль-	В	-ность
	режим	ность	режим	ность	режим	ность	режим	ность	режим	
	е дня		е дня		е дня		е дня		е дня	
Прием,	6.30-	1ч30м	6.30-	1ч50м	7.30-	55ми	7.30-	55мин	7.30-	1ч
осмотр,	8.00	ин.	8.20	ин.	8.25	Н.	8.25		8.30	
игры,										
ежедневная										
утренняя	7.50		8.00		8.00		8.10		8.20	
гимнастика										
Подготовка	8.00-	20мин	8.20-	25мин	8.25-	20ми	8.25-	15мин	8.30-	15мин
к завтраку,	8.20		8.45		8.45	Н.	8.40		8.45	
завтрак (1)										
Прогулка.	8.20-	1ч.40м	8.45-	1ч	8.45-	1ч15	8.50-	1ч10м	8.50-	1ч10мин
Самостояте	10.00	ин.	10.00	15мин	10.00	мин	10.00	ИН	10.00	
льная										
игровая										
деятельнос										
ть, игра										
Второй	10.00		10.00		10.00		10.00		10.00	
завтрак										
(рекоменду										

емый)										
Прогулка.	10.20-	1ч10м	10.15-	1ч.55	10.15-	2405	10.15-	2ч.15	10.15-	2ч15мин
Возвращен ие с	11.30	ин.	12.20	мин	12.30	МИН	12.40	МИН	12.40	
прогулки, гигиеничес										
процедуры	11.30-	30мин	11.40-	20	12.10-	20ми	12.40-	20	12.40-	20
Подготовка к обеду, обед	12.00		12.00	20мин	12.30	Н	13.00	20мин	13.00	20мин
Сон	12.00- 15.00	3ч.	12.00- 15.00	3ч.	12.30- 15.00	2ч.30 мин	13.00- 15.00	2ч.	13.00- 15.00	2ч
Гимнастик а после сна, закаливани е, гигиеничес кие	15.00- 15.15	15мин	15.00- 15.15	15мин	15.00- 15.15	15ми н.	15.00- 15.20	20мин	15.00- 15.20	20мин.
процедуры, самостояте льная деятельнос ть, подготовка к полднику										
Полдник	15.15 -15.30	15 мин	15.15 -15.30	15 мин	15.15 -15.30	15 мин	15.20 -15.35	15мин	15.20 -15.35	15мин
Прогулка. Организац ия игровой деятельнос ти, игра. Уход детей домой	15.30- 16.10	40мин	15.30 16.10	40мин	15.30- 17.30	2ч	15.35- 17.30	1ч55м ин	15.35- 17.30	1ч55мин
Возвращен ие с прогулки.	16.10	5мин.	16.10	5мин						
Подготовка к ужину. Ужин	16.15- 16.30	15 мин	16.15- 16.30	15 мин						
Прогулке, вечерняя прогулка. Организац ия игровой деятельнос ти, игра, самостояте льная деятельнос ть. Уход детей домой	16.30- 18.30	2ч.00м ин	16.30- 18.30	2ч.00 мин.						