



Режим дня. Теплый период.

Режимные моменты	Группы				
	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, игры, индивидуальная, подгрупповая работа с детьми.	06.00-08.05	06.00-08.05	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика.	8.05-8.15	8.05-8.15	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку.	8.15-8.30	8.15-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак.	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
Игры, самостоятельная деятельность.	8.45-9.00	8.45-9.05	8.45-9.05	8.45-9.10	8.45-9.10
Подготовка к прогулке.	9.00-9.15	9.05-9.20	9.05-9.20	9.10-9.20	9.10-9.20
Выход на прогулку.	9.15	9.20	9.20	9.20	9.20
На прогулке: Наблюдения. Познавательно-поисковая деятельность. Игры.	9.15-10.15	9.20-10.15	9.20-10.20 (1ч.)	9.20-10.20 (1ч.)	9.20-10.20 (1ч.)
Воздушные и солнечные ванны.	(1 ч.)	(55 мин)	10.35-12.00	10.35-12.15	10.35-12.20
	10.35-11.40	10.35-11.50	(1 ч.25 мин)	(1ч.40 мин)	(1ч.45мин)
	(1ч.5мин)	(1ч.15 мин)			
Подготовка ко второму завтраку	10.15-10.30	10.15-10.30	10.20-10.30	10.20-10.30	10.20-10.30
Второй завтрак	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35
Возвращение с прогулки.	11.40	11.50	12.00	12.15	12.20
Подготовка к обеду	11.40-12.00	11.50-12.10	12.00-12.15	12.15-12.30	12.20-12.35
Обед	12.00-12.15	12.10-12.30	12.15-12.35	12.30-12.40	12.35-12.45
Подготовка ко сну	12.15-12.20	12.30-12.35	12.35-12.40	12.40-12.45	12.45-12.50
Дневной сон	12.20-15.20	12.35-15.05	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20
	(3 ч. мин)	(2 ч. 30 мин.)	(2 ч. 30 мин.)	(2 ч.30 мин)	(2 ч.30 мин)
Постепенный подъём, гимнастика после сна.	15.20-15.25	15.05-15.20	15.10-15.25	15.15-15.20	15.20-15.25
Подготовка к полднику	15.25-15.30	15.20-15.30	15.25-15.30	15.20-15.30	15.25-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.40	15.30-15.40
Игры, самостоятельная деятельность.	15.45-16.20	15.45-16.20	15.45-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10
Подготовка к прогулке.	16.20-16.35	16.20-16.35	16.10-16.20	16.10-16.20	16.10-16.20
Прогулка.	16.35-18.00	16.35-18.00	16.20-17.30	16.20-17.30	16.20-17.30
	(1ч.25 мин)	(1ч.25 мин)	(1ч.10 мин)	(1ч.10 мин)	(1ч.10 мин)
Уход детей домой.	18.00	18.00	17.30	17.30	17.30
Общее время прогулки	3 ч. 30 мин.	3 ч. 35 мин.	3 ч. 35 мин.	3 ч. 50 мин.	3 ч. 55 мин
Рекомендуемый режим дома					
Прогулка по дороге домой, игры дома.	18.00-18.30	18.00-18.30	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30-18.00
Подготовка к ужину. Ужин.	18.30-19.00	18.30-19.00	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30
Подготовка к прогулке. Прогулка.	19.00-20.00	19.00-20.00	18.30-20.00	18.30-20.00	18.30-20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры.	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00
Подготовка ко сну. Сон.	20.30-6.00	20.30-6.00	21.00-6.00	21.00-6.00	21.00-6.00