

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №250»

**Режим дня первой младшей группы (2-3 года)
на холодный период**

Содержание режимных мероприятий	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7:00–8:20
Утренняя зарядка	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–9:00
Занятия 1 (в игровой форме по подгруппам)	9:00–9:10
Самостоятельная деятельность детей	9:10 – 10:00
Подготовка к прогулке, прогулка	10:00 – 11:40
Самостоятельная деятельность детей	11:40–11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50–12:30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	16:00–16:10
Игры, самостоятельная деятельность детей	16:10–16:30
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое), возвращение с прогулки	16:30–18:00
Подготовка к ужину, ужин	18:00–18:30
Самостоятельная деятельность детей Уход детей домой	18:30–19:00

**Режим дня младшей группы (3–4 года)
на холодный период**

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	<ul style="list-style-type: none"> • Осмотр детей, термометрия • игры детей; • самостоятельная деятельность детей 	07.00–08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00–08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20–09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00–09.15
Перерыв	Физкультурные минутки	09.15–09.25
Образовательная нагрузка	Занятие	09.25–09.40
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей	09.40–10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30–10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание	10.50–12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00–13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем	13.00–15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30–16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание Прогулка Самостоятельная деятельность	16.00–18.00

**Режим дня средней группы (4-5 лет)
на холодный период**

Содержание режимных мероприятий	Время
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7:00—8:20
Утренняя зарядка	8:20—8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30—9:00
Занятие 1 (в игровой форме)	9:00 – 9:20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:20-9:30
Занятие 2 (в игровой форме)	9:30 – 9:50
Игры, самостоятельная деятельность детей	9:50—10:00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:00 – 11:50
Игры, самостоятельная деятельность детей	11:50—12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00—13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13:00—15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30—16:00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16:00—16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, возвращение с прогулки	16:30—18:00
Подготовка к ужину, ужин	18:00—18:30
Самостоятельная деятельность детей, прогулка, уход домой	18:30 – 19:00

**Режим дня старшей группы (5-6 лет)
на холодный период**

Содержание режимных мероприятий	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры	7.00–8.20
Утренняя зарядка	8:20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–9.00
Занятие 1 (в игровой форме)	9:00–9:25
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:25 – 9:35
Занятие 2 (в игровой форме)	9:55–10:00
Игры, самостоятельная деятельность детей	10:00–10:30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:30 – 11:50
Игры, самостоятельная деятельность детей	11:50— 12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Занятие 3 (не более 2 раз в неделю)	16:00– 16:25
Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, возвращение с прогулки	16:25–18:00
Подготовка к ужину, ужин	18:00–18:30
Игры, самостоятельная деятельность детей/ прогулка, уход домой	18.30 – 19:00

**Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)
на холодный период**

Содержание режимных мероприятий	Время
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7:00 – 8:20
Утренняя зарядка	8:20–8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30–9.00
Занятие 1	9:00–9:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:30–9:40
Занятие 2	9:40 –10:10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:10 – 10:20
Занятие 3 (может проводиться во вторую половину дня)	10:30–11:00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11:00-12:00
Подготовка к обеду, обед	12.00–13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00–15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30–16.00
Игры, самостоятельная деятельность/ Занятие 3 (если не проводилось в первую половину дня, не чаще 2 раз в неделю)	16.00–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, возвращение с прогулки	16:30 – 18:00
Подготовка к ужину, ужин	18:00–18:30
Игры, самостоятельная деятельность детей/ прогулка, уход домой	18.30 – 19:00