

### Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
<b>Холодный период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 - 8.10	7.30 - 8.20	7.30 - 8.25	7.30 - 8.30
Совместная и самостоятельная деятельность, игры, подготовка к завтраку, завтрак	8.10 8.30	8.20 -8.40	8.25 – 8.45	8.30 -8.45
Игры, самостоятельная деятельность, Подготовка к занятиям	8.30 – 9.00	8.40 -9.00	8.45 -9.00	8.45 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.40	9.00 – 9.50	9.00 -10.00	9.00 – 10.50
Второй завтрак	9.40 -9.50	9.50 -10.00	10.00 10.10	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50 - 11.50	10.00 - 12.00	10.10 - 12.10	10.50 - 12.20
Возвращение с прогулки	11.50 12.00	12.00 -12.10	12.10 12.20	12.20 -12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.00 - 12.30	12.10 - 12.40	12.20 - 12.50	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, сон,	12.30 - 15.00	12.40 - 15.10	12.50 - 15.20	13.00 - 15.30
Постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.00 - 15.20	15.10 - 15.25	15.20 - 15.35	15.30 - 15.45
Полдник	15.20-15.30	15.25 – 15.30	15.35 – 15.40	15.45 -16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	15.40 - 16.05	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30 - 16.35	15.30 - 16.40	16.05 - 16.45	16.00 - 17.00
Подготовка к ужину, ужин	16.35 -17.00	16.40 - 17.00	16.45 – 17.00	17.00 – 17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	-
Подготовка к прогулке, прогулка	-	-	-	17.15 - 18.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	-	-	-	18.45 – 19.00

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий Зеленогорского  
детского сада № 6  
М.В.Ламбина  
Приказ № 112 от 22. 08. 2023г.

### Режим дня в группе детей от 1 года до 3 лет

Содержание	Время	
	1 год - 1,5 года	1,5 лет - 3 года
<b>Холодный период года</b>		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.15	7.30 - 8.15
Игры, предметная и самостоятельная деятельность. Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 - 8.45	8.15- 8.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.45 - 9.15	-
Второй завтрак Подготовка ко сну, первый сон	9.15 - 11.15	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	11.15 - 11.40	-
Подготовка к занятиям	-	8.45 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.00 - 9.10 9.20 – 9.30.
Самостоятельная деятельность, игры, предметная деятельность и другое	-	9.30 – 9.50
Второй завтрак		9.50 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.00 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	11.40 - 12.10	12.00 - 12.30
Подготовка к прогулке, прогулка	12.10 - 14.10	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.00 - 13.10 13.20 - 13.	
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.40 - 13.50 14.00 - 14.10	-
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	14.10 - 14.40	-
Подготовка ко сну, второй сон, постепенный подъем	14.40 – 15.40	
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.30 - 15.30

Полдник	15.40 -15.50	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 -16.30	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	-	15.30 - 15.40
Полдник		15.40 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	-	15.45 – 16.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	-	16.00 - 16.10 16.20 - 16.30
Игры, предметная и самостоятельная деятельность Подготовка к ужину, ужин	16.30 - 17.00	16.30 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17.00 -18.00	17.00 -18.00