**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

**Режим дня на холодный период года для групп раннего и младшего дошкольного возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Группы раннего и младшего возраста |
| 1,5 – 2 лет | 2 – 3 года | 3 – 4 года |
| Время проведения |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика | 7.00-8.15 | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.45 -9.00 | 8.40-9.00 | 8.20-8.50 |
| Подготовка к занятиям  | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 | 8.50-9.00 |
| Занятия 1 подгруппа2 подгруппа | 9.15-9.239.35-9.43 | 9.15-9.239.35-9.43 | 2 занятия:9.00–9.159.25-9.40 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры |  |  | 9.40-10.10 |
| Подготовка к прогулке | 9.43-10.00 | 9.43-10.00 | 10.10-10.25 |
| Прогулка  | 10.00-10.40 | 10.00-10.50 | 10.25-11.30 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду,  | 10.40-11.00 | 10.50-11.20 | 11.30-11.40 |
| Обед | 11.00-11.30 | 11.20-11.45 | 11.40-12.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 11.30-15.00 | 11.45-15.00 | 12.10-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливание | 15.00-15.20 | 15.00-15.25 | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.50 | 15.25-15.50 | 15.30-15.50 |
| Занятия 1 подгруппа2 подгруппа | 16.10-16.1816.25-16.33 | 16.10-16.1816.25-16.33 | 16.00-16.1516.20-16.35 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры. | 16.33 – 17.00 | 16.33 – 17.00 | 16.35 – 17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00 – 17.30 | 17.00 – 17.30 | 17.00 – 17.30 |
| Игры, уход детей домой, самостоятельная деятельность | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 |

**Режим дня на холодный период года для групп среднего и старшего дошкольного возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Группы среднего и старшего возраста |
| 4 – 5 лет | 5 – 6 лет | 6 – 7 лет |
| Время проведения |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика | 7.00-8.25 | 7.00-8.30 | 7.00-8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25-8.50 | 8.30-8.50 | 8.35-8.50 |
| Подготовка к занятиям  | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Занятия: (10 минут перерыв между занятиями)первое второетретье | 9.00-9.209.30-9.50 | 9.00-9.259.35-10.0010.10-10.35 | 9.00-9.309.40-10.1010.20-10.50 |
| Самостоятельная деятельность детей (при сильном холоде) | 9.50-10.10 | 10.35-10.45 |  |
| Подготовка к прогулке | 10.10-10.25 | 10.45-11.00 | 10.50-11.00 |
| Прогулка | 10.25-11.30 | 11.00-11.50 | 11.00-12.00 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 11.30-11.50 | 11.50-12.00 | 12.00-12.10 |
| Обед | 11.50-12.20 | 12.00-12.40 | 12.10-12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.20-15.00 | 12.40-15.00 | 12.40-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливание | 15.00-15.35 | 15.00-15.35 | 15.00-15.40 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.35-16.00 | 15.35-16.00 | 15.40-16.00 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 15.50-16.10 | 15.50-16.20 | 16.00-16.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.10-17.00 | 16.20-17.10 | 16.20-17.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00- 17.30 | 17.10-17.40 | 17.20-17.40 |
| Игры, уход детей домой, самостоятельная деятельность | 17.30-19.00 | 17.40-19.00 | 17.40-19.00 |