**Режим дня на холодный период**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Группы общеразвивающей направленности для детей******Деятельность*** | ***От 2 до3 лет*** | ***От 3 до 4 лет*** | ***От 4 до 5 лет*** | ***От 5 до 6 лет*** | ***От 6 до 7 лет*** |
| **Дома:** |   |
| Подъём, утренний туалет | 6.00-7.00 | 6.00-7.00 | 6.00-7.00 | 6.00-7.00 | 6.00-7.00 |
| **В ДОУ:** |   |   |   |   |   |
| Прием  детей. Игровая деятельность | 7.00-8.00 | 7.00-8.00 | 7.00-8.05 | 7.00-8.10 | 7.00-8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.00-8.10 | 8.00-8.10 | 8.05-8.15 | 8.10-8.20 | 8.15-8.25 |
| Гигиенические процедуры | 8.10-8.20 | 8.10-8.20 | 8.15-.8.25 | 8.25-8.35 | 8.25-8.35 |
| Завтрак | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 | 8.25-8.50 | 8.35-8.55 | 8.35-8.55 |
| Самостоятельная деятельность детей | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.55-9.00 | 8.55-9.00 |
| Совместная образовательная  деятельность | 9.00-9.109.20-9.30 | 9.00-9.159.25-9.40 | 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 |
| Игры,самостоятельная деятельность детей |   | 9.40-10.05 | 9.50-10.10 |   |   |
| Подготовка к прогулке,прогулка | 9.30-10.0010.00-10.40 | 10.05-10.3010.30-11.20 | 10.10-10.4010.40-11.35 | 10.35-10.5010.50-11.50 | 10.50-11.0511.05-12.10 |
| Возвращение с прогулки,  игры | 10.40-11.00 | 11.20-11.50 | 11.35-12.05 | 11.50-12.10 | 12.10-12.20 |
| Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед | 11.00-11.30 | 11.50-12.20 | 12.05-12.35 | 12.10-12.40 | 12.20-12.45 |
| Гигиенические процедуры, подготовка ко сну,  дневной сон | 11.30-12.0012.00-15.00 | 12.10-12.3012.30-15.00 | 12.35-12.5012.50-15.00 | 12.40-13.0013.00-15.00 | 12.45-13.0013.00-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры | 15.00-15.25 | 15.00-15.20 | 15.00-15.20 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.45 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.15-15.35 | 15.15-15.35 |
| Игровые занятия в кружках и секциях |   | 15.40-15.55 | 15.40-16.00 | 15.35-16.00 | 15.35-16.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 15.55-16.55 | 15.55-17.00 | 16.00-17.10 | 16.05-17.25 | 16.05-17.25 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.55-17.15 | 17.00-17.25 | 17.10-17.25 | 17.25-17.40 | 17.30-17.45 |
| Ужин | 17.15-17.45 | 17.25-17.55 | 17.25-17.55 | 17.40-18 00 | 17.45-18.05 |
| Самостоятельная деятельность, двигательная активность.  Уход детей домой | 17.45-19.00 | 17.55-19.00 | 17.55-19.00 | 18.00-19.00 | 18.05-19.00 |
| **Дома:** |   |
| Прогулка с детьми | 19.00-19.40 | 19.00-19.40 | 19.00-20.00 | 19.00-20.00 | 19.00-20.00 |
| Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.40-20.30 | 19.40-20.30 | 20.00-21.00 | 20.00-21.00 | 20.00-21.00 |
| Подготовка ко сну, ночной сон | 20.30-6.30 | 20.30-6.30 | 21.00-6.30 | 21.00-6.30 | 21.00-6.30 |