**3.6. Режим и распорядок дня**

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми) | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 |
| Утренняя зарядка | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.20 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.20 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00 - 9.40 | 9.20-10.00 | 9.00 - 9.40 | 9.00 - 9.40 | 9.20-10.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | 9.40-10.00 | - | 9.40-10.00 | 9.40-10.00 | - |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | 10.00-10.10 | 9.50 - 10.00 | 10.00-10.10 | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 |
| Дневной сон | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 |
| Ужин | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 1,5-3 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми) | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 |
| Утренняя зарядка | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00 - 9.10 | 9.00-10.10 | 9.00-10.10 | 9.00-9.50 | 9.00-10.10 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | 9.10-10.00 | - | - | 9.50-10.00 | - |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | 9.50 - 10.00 | 9.50 - 10.00 | 10.00-10.10 | 9.50.-10.00 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 |
| Дневной сон | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 | 16.00-16.20 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 |
| Ужин | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 1,5-3 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми) | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 | 8.00 - 8.15 |
| Утренняя зарядка | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 | 8.15 - 8.25 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 | 8.25 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00 – 9.30 | 9.00 - 9.50 | 9.00 - 10.10 | 9.00-10.10 | 9.00 - 9.50 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | 9.30-10.00 | 9.50-10.00 | - | - | 9.50-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | 10.00-10.10 | 9.50 - 10.00 | 9.50- 10.00 | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 |
| Дневной сон | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 | 16.00-16.20 | 16.00 - 16.20 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 |
| Ужин | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* | *20 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №11**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми) | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 |
| Утренняя зарядка | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 | 8.00 - 8.07 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 | 8.07 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 | 8.30 - 8.50 |
| Самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.50 - 9.20 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.20 | 8.50 - 9.00 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.20 – 10.00 | 9.00 – 9.40 | 9.00 – 9.40 | 9.20 – 10.00 | 9.00 – 9.40 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | - | 9.40 – 10.00 | 9.40 – 10.00 | - | 9.40 – 10.00 |
| Второй завтрак | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 | 11.50-12.00 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 | 12.00-12.20 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 | 12.20-12.30 |
| Дневной сон | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 | 12.30-15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 | 15.40 - 16.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 | 16.00 - 16.20 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 | 16.20 - 17.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 | 17.50 - 18.00 |
| Ужин | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 | 18.00 - 18.20 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 | 18.20 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *30 минут* | *30 минут* | *30 минут* | *30 минут* | *30 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №10**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 4 – 5 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность (игры, индивидуальная работа с детьми) | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 7.45 - 8.07 | 7.45 - 8.07 | 7.45 - 8.07 | 7.45 - 8.07 | 7.45 - 8.07 |
| Утренняя зарядка | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.20 - 8.35 | 8.20 - 8.35 | 8.20 - 8.35 | 8.20 - 8.35 | 8.20 - 8.35 |
| Завтрак | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.50 - 9.25 | 8.50 - 9.10 | 8.50 - 9.00 | 8.50 - 9.25 | 8.50 - 9.10 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.25– 10.25 | 9.10 – 10.05 | 9.00– 9.50 | 9.25– 10.25 | 9.10 – 10.05 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | 9.45 – 9.55 | 9.30-9.45 | 9.50 – 10.00 | 9.45 – 9.55 | 9.30-9.45 |
| Второй завтрак | 9.55 - 10.05 | 10.05 - 10.15 | 10.00 - 10.10 | 9.55 - 10.05 | 10.05 - 10.15 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.05-10.20 | 10.15-10.25 | 10.10-10.20 | 10.05-10.20 | 10.15-10.25 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-11.50 | 10.25-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 | 10.20-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 11.50-12.10 | 11.50-12.10 | 11.50-12.10 | 11.50-12.10 | 11.50-12.10 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 | 12.10-12.30 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.30-12.40 | 12.30-12.40 | 12.30-12.40 | 12.30-12.40 | 12.30-12.40 |
| Дневной сон | 12.40-15.20 | 12.40-15.20 | 12.40-15.20 | 12.40-15.20 | 12.40-15.20 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 15.50 - 16.30 | 15.50 - 16.30 | 15.50 - 16.30 | 15.50 - 16.30 | 15.50 - 16.30 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.30 – 18.00 | 16.30 – 18.00 | 16.30 – 18.00 | 16.30 – 18.00 | 16.30 – 18.00 |
| Возвращение с прогулки, двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.00 - 18.10 | 18.00 - 18.10 | 18.00 - 18.10 | 18.00 - 18.10 | 18.00 - 18.10 |
| Ужин | 18.10 - 18.30 | 18.10 - 18.30 | 18.10 - 18.30 | 18.10 - 18.30 | 18.10 - 18.30 |
| Самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №7**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 5 – 6 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.17 - 8.17 | 8.17 - 8.17 | 8.17 - 8.17 | 8.17 - 8.17 | 8.17 - 8.17 |
| Утренняя зарядка | 8.17 - 8.27 | 8.17 - 8.27 | 8.17 - 8.27 | 8.17 - 8.27 | 8.17 - 8.27 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.27 - 8.40 | 8.27 - 8.40 | 8.27 - 8.40 | 8.27 - 8.40 | 8.27 - 8.40 |
| Завтрак | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.50 | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.50 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.55 - 9.00 | - | 8.55 - 9.00 | 8.55 - 9.00 | - |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00– 10.00 | 8.50 – 10.45 | 9.00 – 10.15 | 9.00– 10.00 | 8.50 – 9.50 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, индивидуальная работа с детьми) | - | 9.50 - 10.00 | 9.25 – 9.50 | - | 9.50 - 10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.15-10.20 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.10-10.20 | - | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | - |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.20-12.15 | 10.35-12.15 | 10.20-12.20 | 10.20-12.20 | 10.35-12.15 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 12.15-12.30 | 12.15-12.30 | 12.20 -12.30 | 12.20 -12.30 | 12.15-12.30 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.30 – 12.45 | 12.30 – 12.45 | 12.30 – 12.45 | 12.30 – 12.45 | 12.30 – 12.45 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.45-12.50 | 12.45-12.50 | 12.45-12.50 | 12.45-12.50 | 12.45-12.50 |
| Дневной сон | 12.50-15.20 | 12.50-15.20 | 12.50-15.20 | 12.50-15.20 | 12.50-15.20 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 | 15.20-15.40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры), труд, наблюдения, образовательная деятельность | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 |
| Занятия | 16.00 - 16.25 | - | 16.00 - 16.25 | 16.00 - 16.25 | - |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 16.25 - 16.35 | 16.20 - 16.30 | 16.25 - 16.35 | 16.25 - 16.35 | 16.20 - 16.30 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.35 – 18.00 | 16.30 – 18.00 | 16.35 – 18.00 | 16.35 – 18.00 | 16.30 – 18.00 |
| Возвращение с прогулки, двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.00 - 18.15 | 18.00 - 18.15 | 18.00 - 18.15 | 18.00 - 18.15 | 18.00 - 18.15 |
| Ужин | 18.15 - 18.30 | 18.15 - 18.30 | 18.15 - 18.30 | 18.15 - 18.30 | 18.15 - 18.30 |
| Самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 | 18.30 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* | *40 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* | *2ч 40 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №8**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 5 – 6 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 7.45 - 8.07 | 7.45 - 8.10 | 7.45 - 8.10 | 7.45 - 8.10 | 7.45 - 8.10 |
| Утренняя зарядка | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 | 8.07 - 8.17 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.17 - 8.25 | 8.17 - 8.25 | 8.17 - 8.25 | 8.17 - 8.25 | 8.17 - 8.25 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.25 - 8.40 | 8.25 - 8.40 | 8.25 - 8.40 | 8.25 - 8.40 | 8.25 - 8.40 |
| Завтрак | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.55 | 8.40 - 8.55 |
| Гигиенические процедуры, подготовка к занятию | 8.55 - 9.10 | 8.55 - 9.15 | 8.55 – 9.00 | 8.55 - 9.10 | 8.55 - 9.15 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.10-10.45 | 9.15 – 11.00 | 9.00 – 10.40 | 9.10-10.45 | 9.15 – 10.25 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, инд. работа с детьми) | - | 9.40 - 9.50 | 9.25 – 10.00 | - | 9.40 - 9.50 |
| Второй завтрак | 10.10 - 10.20 | 9.50-10.00 | 10.00-10.10 | 10.10 - 10.20 | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.45 - 10.50 | 11.00 -11.10 | 10.25-10.30 | 10.45 - 10.50 | 10.25-10.35 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 10.50 - 12.15 | 11.10 - 12.15 | 10.40 - 12.15 | 10.50 - 12.15 | 10.35 - 12.15 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 12.15 -12.30 | 12.15 -12.30 | 12.15 -12.30 | 12.15 -12.30 | 12.15 -12.30 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.30 - 12.50 | 12.30 - 12.50 | 12.30 - 12.50 | 12.30 - 12.50 | 12.30 - 12.50 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.50 - 13.00 | 12.50 - 13.00 | 12.50 - 13.00 | 12.50 - 13.00 | 12.50 - 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15. 40 | 15.30-15. 40 | 15.30-15. 40 | 15.30-15. 40 | 15.30-15. 40 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 – 15.50 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, подготовка к занятию | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.00 | 15.50 - 16.20 | 15.50 - 16.20 |
| Занятие | - | - | 16.00 – 16.25 | - | - |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 16.00 - 16.15 | 16.00 - 16.15 | 16.25 - 16.35 | 16.00 - 16.15 | 16.00 - 16.15 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.15 - 18.00 | 16.15 - 18.00 | 16.35 - 18.00 | 16.15 - 18.00 | 16.15 - 18.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.00 -18.15 | 18.00 -18.15 | 18.00 -18.15 | 18.00 -18.15 | 18.00 -18.15 |
| Ужин | 18.15 - 18.35 | 18.15 - 18.35 | 18.15 - 18.35 | 18.15 - 18.35 | 18.15 - 18.35 |
| Прогулка 3, двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.35 - 19.00 | 18.35 - 19.00 | 18.35 - 19.00 | 18.35 - 19.00 | 18.35 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №9**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 | 7.00 – 7.45 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 7.45 - 8.17 | 7.45 - 8.17 | 7.45 - 8.17 | 7.45 - 8.17 | 7.45 - 8.17 |
| Утренняя зарядка | 8.17- 8.27 | 8.17- 8.27 | 8.17- 8.27 | 8.17- 8.27 | 8.17- 8.27 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 |
| Подготовка к завтраку, личная гигиена | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 |
| Завтрак | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 9.00 – 9.15 | - | - | 9.00 – 9.15 | - |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.15 – 11.05 | 9.00 – 11.25 | 9.00 – 11.10 | 9.15 – 11.05 | 9.00 – 11.25 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, инд. работа с детьми) | - | 10.20 - 10.55 | 10.20 -10.40 | - | 10.20 - 10.55 |
| Второй завтрак | 9.50 - 9.55 | 10.10 - 10.20 | 10.10 - 10.20 | 9.50 - 9.55 | 10.10 - 10.20 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 11.05 – 11.15 | 11.25 - 11.35 | 11.10 – 11.20 | 11.05 – 11.15 | 11.25 - 11.35 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 11.15 - 12.35 | 11.35 - 12.35 | 11.20 - 12.35 | 11.15 - 12.35 | 11.35 - 12.35 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 12.35 -12.45 | 12.35 -12.45 | 12.35 -12.45 | 12.35 -12.45 | 12.35 -12.45 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.45 - 12.55 | 12.45 - 12.55 | 12.45 - 12.55 | 12.45 - 12.55 | 12.45 - 12.55 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 12.55 - 13.00 | 12.55 - 13.00 | 12.55 - 13.00 | 12.55 - 13.00 | 12.55 - 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 | 13.00 - 15.30 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.30-15. 50 | 15.30-15. 50 | 15.30-15. 50 | 15.30-15. 50 | 15.30-15. 50 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 |
| Совместная деятельность педагогов и детей | - | - | 16.00 - 16.30 | - | - |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 16.00– 16.10 | 16.00 - 16.30 | 16.30 - 16.35 | 16.00– 16.10 | 16.00– 16.10 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.10 – 18.10 | 16.30 – 18.10 | 16.35 – 18.10 | 16.10 – 18.10 | 16.10 – 18.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.10 – 18.25 | 18.10 – 18.25 | 18.10 – 18.25 | 18.10 – 18.25 | 18.10 – 18.25 |
| Ужин | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 |
| Прогулка 3, двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №6**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа общеразвивающей направленности для детей 6 – 7 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 |
| Утренняя зарядка | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 |
| Завтрак | 8.40 – 9.00 | 8.40 - 8.55 | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.40 - 8.55 |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00 – 10.55 | 8.55 – 11.05 | 9.00 – 10.50 | 9.00 – 10.50 | 8.55 – 11.05 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, инд. работа с детьми) | 9.30 – 10.10 | 9.25 – 9.40 | - | 9.30 – 10.10 | 9.25 – 9.40 |
| Второй завтрак | 10.10 - 10.20 | 10.10 - 10.20 | 10.10 – 10.20 | 10.10 - 10.20 | 10.10 – 10.20 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 10.50 - 11.00 | 11.05 - 11.15 | 10.50 -11.00 | 10.50 - 11.00 | 11.05 - 11.15 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 11.00 - 12.40 | 11.15 - 12.55 | 11.00 - 12.40 | 11.00 - 12.40 | 11.15 - 12.55 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 12.40 -12.45 | 12.55 -13.00 | 12.40 -12.45 | 12.40 -12.45 | 12.55 -13.00 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.45– 13.00 | 13.00 – 13.15 | 12.45– 13.00 | 12.45– 13.00 | 13.00 – 13.15 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 13.00 - 13.10 | 13.15 - 13.20 | 13.00 - 13.10 | 13.00 - 13.10 | 13.15 - 13.20 |
| Дневной сон | 13.10 - 15.40 | 13.20 - 15.50 | 13.10 - 15.40 | 13.10 - 15.40 | 13.20 - 15.50 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.40-15.50 | 15.50-16. 00 | 15.40-15.50 | 15.40-15.50 | 15.50-16. 00 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.50 – 16.00 | 16.00 – 16.20 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 16.00 – 16.20 |
| Совместная деятельность педагогов и детей | 16.00 – 16.30 | - | 16.00 – 16.30 | 16.00 – 16.30 | - |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, подготовка к занятию | 16.30 – 16.40 | 16.20 – 16.40 | 16.30 – 16.40 | 16.30 – 16.40 | 16.20 – 16.40 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 16.40 - 16.55 | 16.40 - 16.55 | 16.40 - 16.55 | 16.40 - 16.55 | 16.40 - 16.55 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 16.55 – 18.15 | 16.55 – 18.15 | 16.55 – 18.15 | 16.55 – 18.15 | 16.55 – 18.15 |
| Возвращение с прогулки, двигательная активность, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 |
| Ужин | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *90 минут* | *90 минут* | *90 минут* | *90 минут* | *90 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |

**Режим дня (холодный период 01.09.2024 - 31.05.2025)**

**Группа №12**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Группа компенсирующей направленности для детей 5 – 6 лет** | | | | |
| **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Подготовка к зарядке, личная гигиена | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 |
| Утренний круг «Дарите друг другу тепло и улыбки» | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 | 8.10 - 8.27 |
| Утренняя зарядка | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 | 8.27 - 8.37 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 | 8.37 - 8.40 |
| Завтрак | 8.40 – 8.55 | 8.40 - 8.55 | 8.40 – 8.55 | 8.40 – 9.00 | 8.40 - 8.55 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность (подготовка к занятиям, личная гигиена) | 8.55 - 9.00 | - | 8.55 - 9.00 | 8.55 - 9.00 | - |
| Занятия (включая перерыв 10 минут) | 9.00 – 11.05 | 8.55 – 10.45 | 9.00 – 11.40 | 9.00 – 11.05 | 8.55 – 10.45 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, инд. работа с детьми) | 10.20 - 10.35 | - | - | 10.20 - 10.35 | - |
| Второй завтрак | 10.10 - 10.20 | 10.05 - 10.15 | 10.10 - 10.20 | 10.10 - 10.20 | 10.05 - 10.15 |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 11.05 – 11.15 | 10.45 – 10.55 | 11.40 – 11 50 | 11.05 – 11.15 | 10.45 – 10.55 |
| Прогулка I (наблюдения, труд, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа) | 11.15 – 12.40 | 10.55 - 12.40 | 11.50 - 12.40 | 11.15 – 12.40 | 10.55 - 12.40 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к обеду | 12.40 -12.45 | 12.40 -12.45 | 12.40 -12.45 | 12.40 -12.45 | 12.40 -12.45 |
| Обед, работа по формированию культурно-гигиенических навыков и культуры питания | 12.45 – 13.00 | 12.45 – 13.00 | 12.45 – 13.00 | 12.45 – 13.00 | 12.45 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 13.00 - 13.10 | 13.00 - 13.10 | 13.00 - 13.10 | 13.00 - 13.10 | 13.00 - 13.10 |
| Дневной сон | 13.10 - 15.40 | 13.10 - 15.40 | 13.10 - 15.40 | 13.10 - 15.40 | 13.10 - 15.40 |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика, самостоятельная деятельность (личная гигиена), подготовка к полднику | 15.40-15. 50 | 15.40 - 15. 50 | 15.40-15. 50 | 15.40-15. 50 | 15.40-15. 50 |
| Полдник, формирование навыков самообслуживания | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 – 16.00 |
| Двигательная активность, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, подготовка к занятию | - | 15.50 - 16.00 | - | 15.50 - 16.40 | 15.50 - 16.00 |
| Совместная деятельность педагогов и детей | 16.00 – 16.30 | - | 16.00 – 16.30 | 16.40 – 17.10 | - |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность (личная гигиена) | 16.30 - 17.10 | 16.00 - 16.10 | 16.25 - 17.10 | 16.25 - 17.10 | 16.00 - 16.10 |
| Прогулка 2, (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность) | 17.10 – 18.15 | 16.10 – 18.15 | 17.10 – 18.15 | 17.10 – 18.15 | 16.10 – 18.15 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к ужину | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 | 18.15 – 18.25 |
| Ужин | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 | 18.25 - 18.40 |
| Прогулка 3, двигательная активность, игры, уход детей домой | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 | 18.40 - 19.00 |
| *Дневная суммарная образовательная нагрузка* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* | *75 минут* |
| *Прогулка* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* | *3 часа* |
| *Сон* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* | *2ч 30 мин* |
| *Двигательная активность* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* | *не менее 1 часа* |