

## Режим дня во всех возрастных групп, адаптационный режим

## Режим дня в группе раннего возраста (1,5 – 3 лет)

Мероприятия	Теплый период года	Холодный период года	
		При t до – 15*	При t ниже – 15*
Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. с учетом п.11.5 о рекомендованной продолжительности ежедневных прогулок, которая устанавливается ДОО в зависимости от климатических условий.			
Прием детей, игровая деятельность (совместная и самостоятельная)	7.00– 8.00 На участке	7.00 –8.00	7.00– 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.06	8.00 – 8.06	8.00 – 8.06
Подготовка к завтраку, завтрак	8.06– 8.40	8.06– 8.40	8.06– 8.40
Самостоятельная игровая деятельность	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Занятия (игры-занятия), игры в игровой комнате	8.50 – 9.45 На участке	8.50 – 9.45	8.50 – 9.45
Подготовка к прогулке (второй завтрак), прогулка	9.10 – 11.45	9.45 – 11.30	Завтрак 10.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 – 11.55	11.30 – 11.55	
Подготовка к обеду. Обед	11.55 – 12.25	11.55 – 12.25	11.55 – 12.25
Подготовка ко сну. Сон	12.25 – 15.25	12.25 – 15. 25	12.25 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40
Занятия (игры-занятия)	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10
Совместная с педагогом и самостоятельная деятельность		16.00 – 17.20	16.10 – 17.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.10 – 18.15	17.20 – 18.15	
Подготовка к ужину. Ужин	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45– 19.00 На участке	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00

Для обучающихся, вновь поступающих в ДОО, рекомендуются индивидуальные адаптационные режимы. Адаптационный режим разработан для детей раннего возраста и вновь поступающих в образовательное учреждение с целью успешной адаптации детей к условиям ДОО.

Неделя	Время нахождения в ДОО	Деятельность ребенка	
		В детском саду	Дома
1 неделя	с 10.00 до 12.00 или с 16.00 до 18.00	Гуляет и играет, наблюдает за детьми	Кушает и спит ребенок дома
2 неделя	с 9.00 – 12.00	Гуляет и играет, наблюдает за детьми; обедает с детьми.	Завтракает и спит дома
3 неделя	с 8.30 – 15.00	Ребенка оставляют на тихий час, но забирают одного из первых	Дома вечерняя прогулка и ужин
4 неделя	Полный день		

## Режим дня во 2 младшей группе (3 – 4 года)

Мероприятия	Теплый период года	Холодный период года	
		При t до – 15*	При t ниже – 15*
Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. с учетом п.11.5 о рекомендованной продолжительности ежедневных прогулок, которая устанавливается ДОО в зависимости от климатических условий.			
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00 На участке	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00 в
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10 На участке	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.35	8.10 – 8.35	8.10 – 8.35
Игры по выбору детей	8.35- 8.50	8.35- 8.50	8.35- 8.50
Занятия (игры-занятия, включая время перерыва), совместная и самостоятельная деятельность	8.50– 9.45 на участке	8.50– 10.20	8.50– 10.20
Подготовка к прогулке (второй завтрак), прогулка (игры наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Возвращение с прогулки	9.45 – 11.50	10.20 – 11.20	Завтрак 10.00
Организация двигательной активности, наблюдения в уголке природы, экспериментирование, игры в игровой комнате	11.50 – 12.00	11.20 – 12.00	10.20 – 12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну. Сон	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Спокойные игры	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
Занятия (игры-занятия), досуги, занятия в студии	15.45 – 16.25	15.45 – 16.25	15.45 – 16.25
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.25 – 18.20	16.25 – 17.00	
Организация двигательной активности, Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, клуб по интересам		17.00 – 18.20	16.25 – 18.20
Подготовка к ужину. Ужин	18.20 – 18.45	18.20 – 18.45	18.20 – 18.45
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00



### Режим дня в средней группе (4 – 5 лет)

Мероприятия	Теплый период года	Холодный период года	
		При t до – 15*	При t ниже – 20*
Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. с учетом п.11.5 о рекомендованной продолжительности ежедневных прогулок, которая устанавливается ДОО в зависимости от климатических условий.			
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.10 На участке	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20 На участке	8.10 – 8.20	8.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35	8.20 – 8.35
Игры по выбору детей, традиции группы	8.35- 8.50	8.35 – 8.50	8.35 – 8.50
Занятия (игры-занятия), включая время перерыва, совместная и самостоятельная деятельность, (второй завтрак)	8.50 – 9.50 на участке	8.50 – 10.55	8.50 – 11.50 Завтрак 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Возвращение с прогулки.	9.50 – 12.00	10.55 – 11.50	
Организация двигательной активности, наблюдения в уголке природы, экспериментирование, игры в игровой комнате	12.00 – 12.10	11.50 – 12.10	11.50 – 12.10
Подготовка к обеду. Обед	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну. Сон	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Спокойные игры	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35
Полдник	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45
Занятия (игры-занятия), досуги, занятия в студии	15.45 – 16.40	15.45 – 16.40	15.45 – 16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.40 – 18.30	16.40 – 17.40	
Организация двигательной активности Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа		17.40 – 18.30	16.40 – 18.30
Подготовка к ужину. Ужин	18.30 – 18.45	18.30 – 18.45	18.30 – 18.45
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00

### Режим дня в старшей группе (5 – 6 лет)

Мероприятия	Теплый период года	Холодный период года	
		При t до – 15*	При t ниже – 25*
Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. с учетом п.11.5 о рекомендованной продолжительности ежедневных прогулок, которая устанавливается ДОО в зависимости от климатических условий.			
Прием детей, самостоятельная деятельность, дежурство.	7.00 – 8.10 на участке	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20 на участке	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40
Игры по выбору детей, традиции группы, дежурство по занятиям	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Занятия (игры-занятия), включая время перерыва, совместная и самостоятельная деятельность, (второй завтрак)	8.50 – 10.00 на участке	8.50 – 11.00	8.50 – 11.00 Завтрак 10.00
Подготовка к прогулке прогулка (игры наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Возвращение с прогулки.	10.00 – 12.10	11.00 – 12.00	
Организация двигательной активности, наблюдения в уголке природы, экспериментирование, игры в игровой комнате	12.10 – 12.20	12.00 – 12.20	11.00 – 12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну. Сон	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Спокойные игры	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35 – 15.50	15.35 – 15.50	15.35 – 15.50
Занятия (игры-занятия), досуги, занятия в студии самостоятельная деятельность по интересам, общение, индивидуальная работа	15.50 – 17.00	15.50 – 17.00	15.50 – 18.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	
Подготовка к ужину. Ужин	18.30 – 18.45	18.30 – 18.45	18.30 – 18.45
Самостоятельная деятельность. Игры. Уход домой	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00



## Режим дня в подготовительной к школе группе (6 – 7(8) лет)

Мероприятия	Теплый период года	Холодный период года	
		При t до – 15*	При t ниже – 25*
Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. с учетом п.11.5 о рекомендованной продолжительности ежедневных прогулок, которая устанавливается ДОО в зависимости от климатических условий.			
Прием детей, самостоятельная деятельность, дежурство.	7.00 – 7.50 на участке	7.00 – 7.50	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00 на участке	7.50 – 8.00	7.50 – 8.00
Игры по выбору детей, традиции группы	8.00 – 8.20	8.00 – 8.20	8.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40
Ситуации общения, дежурство по занятиям	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50	8.40 – 8.50
Занятия (игры-занятия), включая время перерыва, совместная и самостоятельная деятельность, (второй завтрак)	8.50 – 10.00 на участке	8.50 – 11.30	8.50 – 11.20 Завтрак 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам). Возвращение с прогулки.	10.00 – 12.20	11.30 – 12.20	
Организация двигательной активности, наблюдения в уголке природы, экспериментирование, игры в игровой комнате	12.20 – 12.30	12.20 – 12.30	11.20 – 12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.30 – 13.00	12.30 – 13.00	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну. Сон	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Спокойные игры	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45
Занятия (игры-занятия), досуги, занятия в студии, самостоятельная деятельность по интересам, общение, индивидуальная работа	15.45 – 17.10	15.45 – 17.10	15.45 – 18.35
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.10 – 18.35	17.10 – 18.35	
Подготовка к ужину. Ужин	18.35 – 18.50	18.35 – 18.50	18.35 – 18.50
Самостоятельная деятельность. Игры. Уход домой	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00	18.50 – 19.00