

Примерный режим дня для дошкольников
Второй группы раннего возраста группы №1 «Солнышко»
(от 1,5 до 2 лет)
(холодный период)

| <i>Содержание</i> | <i>Время</i> |
|---|------------------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.05 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.05 – 8.30 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.30 – 9.00 |
| Образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам | 9.00-9.10 9.20-9.30 |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.50-11.20 |
| Прогулка | 10.00-11.20 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей | 11.20 – 11.30 |
| Подготовка к обеду, обед. | 11.40-12.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.15 – 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.39-15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, техническое творчество | 15.45-16.40 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.40 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.20 - 19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
Первой младшей группы №102 «Семицветик»
(от 2 до 3 лет)
(холодный период)**

| <i>Содержание</i> | <i>Время</i> |
|---|------------------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00 - 8.05 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 – 8.30 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.30 – 9.00 |
| Образовательная деятельность в игровой форме по подгруппам | 9.00-9.10 9.20-9.30 |
| Второй завтрак | 9.45 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.50-11.20 |
| Прогулка | 10.00-11.20 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей | 11.20 – 11.50 |
| Подготовка к обеду, обед. | 11.50-12.20 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.20 – 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.30-15.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, техническое творчество | 15.45-16.45 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.45 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.20 - 19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
Второй младшей группы №4 «Колобок»
(от трёх до четырех лет)
(холодный период)**

| <i>Содержание</i> | <i>Время</i> |
|--|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.15 |
| Завтрак | 8.15-8.35 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.35-9.00 |
| Образовательная деятельность (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-9.40 |
| Второй завтрак | 9.50-9.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9.55-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед. | 12.00-12.35 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.35-15.30 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.30-15.40 |
| Игры, занятия со специалистами, техническое творчество | 15.40-16.50 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.50-17.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.15-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
В средней группе № 103 «Теремок»
(от четырех до пяти лет)
(холодный период)**

| <i>Содержание</i> | <i>Время</i> |
|--|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.20 |
| Завтрак | 8.20-8.40 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.40-9.00 |
| Образовательная деятельность (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-9.50 |
| Второй завтрак | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 10.00-12.15 |
| Обед. | 12.15-12.40 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.40-15.30 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.30-15.40 |
| Игры, занятия со специалистами, техническое творчество | 15.40-16.50 |
| Подготовка к ужину. | 16.50-17.00 |
| Ужин | 17.00-17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.20-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
старшей группы №106 «Почемучки»
(от пяти до шести лет)
(холодный период)**

| Содержание | Время |
|---|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.25 |
| Завтрак | 8.25-8.45 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.45-9.00 |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.05 |
| Самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.05-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед. | 12.20-12.55 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.55-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Игры, занятия со специалистами, техническое творчество | 15.40-17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00-17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.20-19.00 |

Примерный режим дня для дошкольников
Подготовительной к школе группы №105 «Колокольчик»
(от шести до семи лет)
(холодный период)

| Содержание | Время |
|---|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.30 |
| Завтрак | 8.30-8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.50-9.00 |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-11.05 |
| Второй завтрак | 10.05-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 11.05-12.30 |
| Подготовка к обеду, обед. | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 13.00-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Игры, занятия со специалистами, техническое творчество | 15.40-17.00 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00-17.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.25-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
Второй группы раннего возраста группы №1 «Солнышко»
(от 1,5 до 2 лет)
(теплое время года)**

| <i>Содержание</i> | Время |
|--|-------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.05 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.05-8.45 |
| Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку | 8.45-9.15 |
| Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме | 9.15-11.30 |
| Второй завтрак | 9.50-9.55 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.30-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.30 |
| Подготовка к сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.30-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.40-16.30 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.30-17.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.20-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
Первой младшей группы №102 «Семицветик»
(от 2 до 3 лет)
(теплое время года)**

| <i>Содержание</i> | Время |
|--|-------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15-8.45 |
| Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку | 8.45-9.15 |
| Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам | 9.15-11.30 |
| Второй завтрак | 9.50-9.55 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.30-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.30 |
| Подготовка к сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.30-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.40-16.30 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.30-17.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.20-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
Второй младшей группы №4 «Колобок»
(от трёх до четырех лет)
(теплое время года)**

| <i>Содержание</i> | Время |
|--|-------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме | 8.45-9.50 |
| Второй завтрак | 9.50-9.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки | 9.55-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.30 |
| Подготовка к сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.30-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.40-16.30 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.30-17.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.05-19.00 |

Примерный режим дня для дошкольников
В средней группе № 103 «Теремок»
(от четырех до пяти лет)
(теплое время года)

| <i>Содержание</i> | Время |
|--|-------------|
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25-8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50-9.20 |
| Второй завтрак | 10.00-10.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки | 9.20-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20-12.50 |
| Подготовка к сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12.50-15.30 |
| Полдник | 15.35-15.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.50-16.45 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.45-17.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.15-19.00 |

**Примерный режим дня для дошкольников
старшей группы №106 «Почемучки»
(от пяти до шести лет)
(теплое время года)**

| Содержание | Время |
|---|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку. Завтрак | 8.30-8.55 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.55-10.05 |
| Второй завтрак | 10.05-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, в озвращении прогулки | 9.15-12.00 |
| Обед | 12.00-13.00 |
| Подготовка к сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 13.00-15.30 |
| Полдник | 15.40-15.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.55-16.50 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 16.50-17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.20-19.00 |

Примерный режим дня для дошкольников
Подготовительной к школе группы №105 «Колокольчик»
(от шести до семи лет)
(теплое время года)

| Содержание | Время |
|---|--------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.00-8.35 |
| Подготовка к завтраку. Завтрак | 8.35-9.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.00-10.05 |
| Второй завтрак | 10.10-10.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, в озвращении прогулки | 9.15-12.40 |
| Обед | 12.40-13.10 |
| Подготовка к сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 13.10-15.30 |
| Полдник | 15.40-15.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей | 15.55-17.05 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 17.05-17.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.25-19.00 |