



А.Ш. Иванова

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период с 9 часовым пребыванием

Режимные моменты	Первый младший возраст	Второй младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Под. к шк. возраст
Приём детей (беседы, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	7.00 –8.00	7.00 –8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Подготовка к утренней гимнастике. Утренняя зарядка	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10–8.30	8.10-8.30	8.10-8.30
Самостоятельная деятельность. Подготовка к ООД	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30 -9.00	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25-	9.00-9.30
Самостоятельная деятельность, игры	9.10-9.40	9.15-9.40	9.20.-9.40	9.25.-9.40	9.30-9.40
Организованная образовательная деятельность	9.40-9.50	9.40-9.55	9.40-10.00	9.40-10.05	9.40-10.10
Самостоятельная деятельность, игры	9.50-10.50	9.55.-10.20	10.00-10.20	10.05-10.20	10.10-10.20
Организованная образовательная деятельность	-	10.20-10.35	10.20-10.40	10.20-10.45	10.20-10.50
Самостоятельная образовательная деятельность, игры	-	10.35-10.50	10.40-10.50	10.45-10.50	-
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.50-11.00	10.50-11.00	10.50-11.00	10.50-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.25	11.00-12.25	11.00-12.25	11.00-12.25	11.00-12.25
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	12.25-12.35	12.25-12.35	12.25-12.35	12.25-12.35	12.25-12.35
Подготовка к обеду. Обед .	12.35-12.55	12.35-12.55	12.35-12.55	12.35-12.55	12.35-12.55
Подготовка ко сну, сон	12.55.14.55	12.55.14.55	12.55-14.55	12.55-14.55	12.55-14.55
Постепенный подъем. воздушные, водные процедуры	14.55-15.05	14.55-15.05	14.55-15.05	14.55-15.05	14.55-15.05
Полдник	15.05-15.15	15.05-15.15	15.05-15-15	15.05-15-15	15.05-15-15
Организованная образовательная деятельность	-	-	15.15-15.35	15.15-15.40	15.15-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, констр.	15.15-15.40	15.15-15.40	15.35-15.40	-	-
Игры, уход детей домой	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	4 часа 15 мин	4 часа 05 мин	3 часа 35 мин	3 часа 20 мин	2 часа 35 мин
Сон	2 часа 00 мин	2 часа 00 мин	2 часа 00 мин	2 часа 00 мин	2 часа 00 мин
ООД	20 минут	30 минут Вт.45мин	Первая половина дня 40 мин; Вторая половина дня – 20 мин (пт)	Первая половина дня 50 мин; Вторая половина дня – 25 мин (пт)	Первая половина дня 1ч.30 мин; Вторая половина дня – 30 мин (чт. пт.)
Прогулка	2 ч 25 минут	2 ч 25 минут	2 ч. 25 мин	2 ч. 25 мин	2 ч.25 мин.