



Режим дня в группе детей от 3 до 4 лет

Холодный период года

Содержание	Время	
	Пн, ср, пт	Вт, чт,
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00	
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10	
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30	
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8:30–8.45	8.30-9.00
Занятие 1	8.45-9.00 (15 мин)	9:00–9:15 (15 мин)
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.00-9.25 (25 мин)	9:15–9:25 (10 мин)
Занятие 2	9:25–9.40 (15 мин)	
Второй завтрак	9.40-10.00	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:00–12:00 (2 часа)	
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30	
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00 (2 ч.30 мин)	
Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры	15.00-15.15	
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:30–16:00	
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30	
Самостоятельная деятельность детей	16:30–17:00	
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17:00–18:00 (1 час)	

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–9:00
Подготовка к прогулке, прогулка	9:00–9:15
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:15–9:30 (15 мин)
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:30–9:40 (10 мин)
Второй завтрак	9.40–10.00
Занятие 2	10.00–10:15 (15 мин)
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10:15–10:30
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:30–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:30–18:00