

**Режим дня детей на холодный период года
по МАДОУ «Детский сад № 5 «Колокольчик»**

Компоненты распорядка	Группы общеразвивающей направленности				
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием, осмотр детей	7.30-8.20				
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	7.30-8.00	7.30-7.50	7.30-8.00	7.30-7.50	7.30-8.00
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	8.00-8.15	7.50-8.00	8.00-8.15	7.50-8.00	8.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25	8.00-8.10	8.15-8.25	8.00-8.10	8.15-8.25
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к завтраку	8.25-8.30	8.10-8.30	8.25-8.35	8.10-8.30	8.25-8.35
Завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.35-8.45	8.30-8.45	8.35-8.50
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.30	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-9.55	9.00-10.50
Самостоятельная деятельность (личная гигиена, игры)	9.30-9.50	9.40-10.00	9.50-10.10	9.55-10.10	10.50-10.55
Второй завтрак	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена). Подготовка к прогулке	10.00-10.10	10.10-10.20	10.20-10.30	10.20-10.25	10.55-11.00
Прогулка. Самостоятельная деятельность детей (игры)	10.10-11.40	10.20-11.55	10.30-12.00	10.25-12.15	11.00-12.30
Возвращение с прогулки (самостоятельная деятельность, личная гигиена), подготовка к обеду	11.40-11.50	11.55-12.05	12.00-12.10	12.15-12.25	12.30-12.35
Обед	11.50-12.15	12.05-12.30	12.10-12.30	12.25-12.40	12.35-12.45
Подготовка к сну	12.15-12.25	12.30-12.40	12.30-12.40	12.40-12.45	12.45-13.50
Сон	12.25-15.25	12.40-15.10	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.10
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия, личная гигиена	15.25-15.35	15.10-15.15	15.10-15.15	15.15-15.20	15.10-15.25
Самостоятельная деятельность детей (личная гигиена), подготовка к полднику	15.35-15.40	15.15-15.40	15.15-15.45	15.20-15.45	15.25-15.50
Полдник	15.40-15.50	15.40-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.50-16.00
Занятия и (или) самостоятельная деятельность детей (игры), подготовка к прогулке	15.50-16.15	-	-	16.00-16.25	16.00-16.30
Прогулка. Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена), подготовка к прогулке	16.15-17.45	16.00-17.25	16.00-17.30	16.25-17.35	16.30-18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность.	17.45-18.00	17.25-18.00	17.30-18.00	17.35-18.00	18.00
Уход домой					
Прогулка	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Сон	3 часа	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут	2 часа 30 минут	2 часа 20 минут