

Сводный режим дня на холодный период в дошкольных группах

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность детей и совместная деятельность воспитателя с детьми	7.00-7.55 Двигательная активность не менее 15 мин.	7.00-8.05 Двигательная активность не менее 15 мин.	7.00-8.15 Двигательная активность не менее 15 мин.	7.00-8.25 Двигательная активность не менее 15 мин.
Утренняя гимнастика (длительность)	7.55-8.05 10 мин.	8.05-8.15 10 мин.	8.15-8.25 10 мин.	8.25-8.35 10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.50	8.15-8.50	8.25-8.50	8.35-8.55
Подготовка к ООД, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
ООД, включая перерывы и второй завтрак в старшей и подготовительной группах	9.00-9.50	9.00-10.15	9.00-10.25	9.00-11.05
Подготовка к прогулке, прогулка, второй завтрак в 2 ранней, младшей и средней группах	9.50-12.00 Двигательная активность не менее 60 мин.	10.15-12.10 Двигательная активность не менее 60 мин.	10.25-12.20 Двигательная активность не менее 60 мин.	11.05-12.45 Двигательная активность не менее 60 мин.
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.40	12.45-13.05
Подготовка к дневному сну, сон	12.30- 15.30	12.40- 15.40	12.40- 15.40	13.05-15.35
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей	15.30-15.40	15.40-15.50	15.40-15.50	15.35-15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.40-15.55	15.50-16.05	15.50-16.00	15.45-16.00
Самостоятельная и совместная с педагогом деятельность детей, ООД (ст. группа), игровая, творческая, индивидуальная работа с детьми	15.55-16.30 Двигательная активность не менее 15 мин.	16.05-16.25 Двигательная активность не менее 15 мин.	16.00-16.25 Двигательная активность не менее 15 мин.	16.00-16.10 Двигательная активность не менее 10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-17.30 Двигательная активность не менее 30 мин.	16.25-17.30 Двигательная активность не менее 30 мин.	16.25-17.30 Двигательная активность не менее 30 мин.	16.10-17.30 Двигательная активность не менее 35 мин.