

Тюгова Елена Николаевна

Режим дня для детей дошкольного возраста (1,5-7 лет)



Режимные моменты	1я младшая группа	2я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.05	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.30	8.10-8.30	8.20-8.40	8.25-8.40	8.30-8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-9.10	8.30-9.00	8.40-9.10	8.40-9.00	8.45-9.00
Организованная детская деятельность, игры-занятия	8.40-9.10	9.00-9.45	9.10-10.00	9.00-10.10	9.00-10.50
Второй завтрак	9.10-9.15	9.15-9.25	9.30-9.35	9.55-10.00	10.10-10.15
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	-	-	-	10.10-10.35	-
Подготовка к прогулке, прогулка	9.15-11.00	9.45-11.50	10.00-11.55	10.35-12.15	10.50-12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.30	11.50-12.10	11.55-12.20	12.15-12.35	12.35-12.45
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.10-12.40	12.20-12.45	12.35-12.50	12.45-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.40-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, игры, самостоятельная деятельность, ДПОУ, чтение художественной литературы	15.00-15.25	15.00-15.40	15.00-15.55	15.00-16.05	15.00-16.15
Уплотненный полдник	15.25-15.50	15.40-16.00	15.55-16.15	16.05-16.20	16.15-16.30
Организованная детская деятельность, игры-занятия	16.00-16.30	-	-	15.40-16.05	-
Игры, самостоятельная деятельность, ДПОУ, чтение художественной литературы	15.50-16.30	16.00-16.30	16.15-16.30	16.20-16.30	-
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.30	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00
Общее время, отведенное на прогулку (с учетом времени, отведенного на одевание)	3 ч 45 мин	3 ч 35 мин	3 ч 30 мин	3 ч 15 мин	3 ч 15 мин