

Режим дня для обучающихся

РЕЖИМ ДНЯ

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ)

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
Прием детей, осмотр, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, взаимодействие с родителями	7.00 – 8.00	1 час
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность в режимных моментах	8.00 – 8.30	30 мин.
Самостоятельная деятельность детей в центрах развития (в соответствии с циклограммой), подготовка к НОД	8.30 – 09.00	30 мин.
Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам* (общий период длительности, включая динамические паузы)	9.00 – 9.30*	10/30 мин.
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	9.30 – 9.50	20мин.
Прогулка 1 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательно - исследовательская, музыкально – художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	9.50 – 11.00	1ч. 10 мин. 70 мин.
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.00– 11.45	45 мин
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.45– 12.00	15 мин
Сон	12.00 – 15.00	3 часа 180мин.
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.20	20 мин.
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 – 15.35	15 мин.
Самостоятельная деятельность	15.35 – 15.45	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам* (общий период длительности, включая динамические паузы)	15.45 – 16.15*	10/30 мин.
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.15 – 16.25	10мин.
Прогулка 2 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательно - исследовательская, музыкально – художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	16.25 – 17.10	45 мин
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.10 – 17.30	20 мин.
Образовательная деятельность в режимных моментах	17.30 – 17.35	5 мин.

Чтение художественной литературы		17.35 – 17.45	10 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, уход домой		17.45 – 19.00	1ч15 мин. 75 мин.
Общий подсчет времени	НОД	20 мин.в день	
	ПРОГУЛКА	3 часа	
	ДНЕВНОЙ СОН	3 часа	
	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ	2 час 40 мин.	
	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ (за исключением дневного сна)	6 час.	
Общее количество времени, отведенного на реализацию Программы в день (за исключением дневного сна)			

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (ОТ 3 ДО 4 ЛЕТ)

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
Прием детей, осмотр, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, взаимодействие с родителями	7.00 – 7.55	55 мин.
Утренняя гимнастика (в группе)	7.55 – 8.00	4 - 5 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность в режимных моментах	8.00 – 8.30	30 мин.
Самостоятельная деятельность детей в центрах развития (в соответствии с циклограммой), подготовка к НОД	8.30 – 09.00	30 мин.
Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам* (общий период длительности, включая динамические паузы)	9.00 – 9.50*	15/30 мин.
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	9.50 – 10.10	20мин.
Прогулка 1 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательная - исследовательская, музыкально - художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	10.10 – 11.40	1ч. 30 мин. 90 мин.
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.40– 12.20	40 мин
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.20 – 12.30	10 мин
Сон	12.30 – 15.00	2ч.30мин. 150мин.
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25	25 мин.

Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.25 – 15.40	15 мин.
Самостоятельная деятельность	15.40 – 15.50	10 мин
Непосредственно образовательная деятельность (общий период длительности в соответствии с графиком НОД, 3 раза в неделю)	15.50 – 16.05	15 мин
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.05 – 16.15	10мин.
Прогулка 2 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательно - исследовательская, музыкально – художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	16.15 – 17.15	1 час 60 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.15 – 17.30	15 мин.
Образовательная деятельность в режимных моментах	17.30 – 17.35	5 мин.
Чтение художественной литературы	17.35 – 17.50	15 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, уход домой	17.50 – 19.00	1ч10 мин. 70 мин.
НОД	30 мин.в день	
ПРОГУЛКА	3 час. 40 мин.	
ДНЕВНОЙ СОН	2 час.30 мин.	
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ	3 час.	
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ (за исключением дневного сна)	6 час.	
Общее количество времени, отведенного на реализацию Программы в день (за исключением дневного сна)	9 час.30 мин.	

СРЕДНЯЯ ГРУППА (ОТ 4 ДО 5,5 ЛЕТ)

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
-------------------------	---------------------------	---------------------

смотр, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, взаимодействие	7.00 – 8.00	1 час 60 мин.
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.06	6 мин.
Динамическая пауза	8.06 – 8.10	4 мин.
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность в режимных моментах	8.10 – 8.40	30 мин.
Самостоятельная деятельность в центрах развития (в соответствии с циклограммой), подготовка к НОД	8.40– 09.00	20 мин.
Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам* (общий период длительности, включая динамические паузы)	9.00 – 10.00*	40 мин. НОД 20 мин. – динамическая пауза
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.00 – 10.15	15 мин.
Прогулка 1 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательно - исследовательская, музыкально – художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	10.15 – 12.00	1 час 45 мин. 105 мин.
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.00 – 12.30	40 мин
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30 – 12.40	10 мин
Сон	12.40 – 15.00	2ч.20мин. 140 мин.
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.20	20 мин.
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 – 15.35	15 мин.
Самостоятельная деятельность в центрах развития (в соответствии с циклограммой)	15.35 – 15.50	15 мин
Непосредственно образовательная деятельность (общий период длительности в соответствии с графиком НОД, 3 раза в неделю)	15.50 – 16.10	20 мин
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.10 – 16.20	10мин.
Прогулка 2 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательно - исследовательская, музыкально – художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	16.20 – 17.20	1 час 60 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.20 – 17.35	15 мин.

Чтение художественной литературы		17.35 – 17.50	15 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, уход домой		17.50 – 19.00	1ч10 мин. 70 мин.
Общий подсчет времени	НОД	60 мин.в день	
	ПРОГУЛКА	3 час. 50 мин. 230 мин.	
	ДНЕВНОЙ СОН	2 час.20 мин. 140 мин.	
	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ	3 час. 180 мин.	
	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ (за исключением дневного сна)	5 час. 40 мин. 340 мин.	
Общее количество времени, отведенного на реализацию Программы в день (за исключением дневного сна)		9 час.40 мин. 580 мин.	

СТАРШАЯ ГРУППА (ОТ 5,5 ДО 7 ЛЕТ)

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
осмотр, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, взаимодействие	7.00 – 8.10	1час10м. 70 мин.
Утренняя гимнастика (в группе)	8.10 – 8.20	10 мин.
Дежурство, подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность в режимных моментах	8.20 – 8.45	25 мин.
Самостоятельная деятельность в центрах развития (в соответствии с циклограммой), подготовка к НОД	8.45– 09.00	15 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (общий период длительности, включая динамические паузы)	9.00 – 10.00	50 мин. НОД 10 мин. – динамическая пауза
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.00 – 10.10	10 мин.
Прогулка 1 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая,	10.10 – 12.10	2 час

познавательного - исследовательская, музыкально - художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)		120 мин.
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.10 – 12.40	30 мин
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.40 – 12.50	10 мин
Сон	12.50 – 15.00	2ч.10мин.
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.20	130 мин. 20 мин.
Полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 – 15.30	10 мин.
Самостоятельная деятельность в центрах развития (в соответствии с циклограммой)	15.30 – 15.45	15 мин
Непосредственно образовательная деятельность (общий период длительности в соответствии с графиком НОД, 3 раза в неделю)	15.45 – 16.10	25 мин
Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.10 – 16.20	10мин.
Прогулка 2 (организация видов детской деятельности по теме дня: двигательная, игровая, коммуникативная, продуктивная, трудовая, познавательного - исследовательская, музыкально - художественная, чтение художественной литературы; индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	16.20 – 17.40	1 час 20 мин 80 мин.
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	17.40 – 18.00	15 мин.
Чтение художественной литературы	18.00 – 18.15	15 мин.
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, уход домой	18.15 – 19.00	45 мин.
Общий подсчет времени	НОД	75 мин.в день
	ПРОГУЛКА	4 часа 240 мин.
	ДНЕВНОЙ СОН	2 час.10 мин. 130 мин.
	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ	3 час. 180 мин.
	ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ (за исключением дневного сна)	5 час. 30 мин. 335 мин.
	Общее количество времени, отведенного на реализацию Программы в день	9 час. 50 мин. 590 мин.

	(за исключением дневного сна)	
--	-------------------------------	--