

2. Режим дня в холодный период года

Режимные моменты	2-я младшая группа (3–4 года)	Средняя группа (4–5 лет)	Старшая группа (5–6 лет)	Подготовительная группа (6–7 лет)
Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, игры, дежурство	7.00–8.30	7.00–8.30	7.00–8.30	7.00–8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.30–9.00	8.30–9.00	8.30–9.00	8.30–9.00
Организованная детская деятельность (общая длительность, включая перерывы), занятия со специалистами	9.00–9.40	9.00–9.50	9.00–10.30	9.00–10.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	9.40–11.40	9.50–11.50	10.30–12.00	10.30–12.00
Возвращение с прогулки, совместная деятельность	11.40–12.05	11.50–12.10	12.00–12.15	12.00–12.15
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.05–13.00	12.10–13.00	12.15–13.00	12.15–13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, чтение художественной литературы	13.00–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00	13.00–15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, закаливание	15.00–15.45	15.00–15.40	15.00–15.40	15.00–15.40
Самостоятельная детская деятельность, чтение художественной литературы	15.45–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00	15.40–16.00
Подготовка к полднику, полдник (уплотнённый)	16.00–16.45	16.00–16.45	16.00–16.45	16.00–16.45
Игры, самостоятельная деятельность	16.45–17.10	16.45–17.05	16.45–17.00	16.45–17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10–18.20	17.05–18.25	17.00–18.30	17.00–18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.20–19.00	18.25–19.00	18.30–19.00	18.30–19.00