

**Режим дня**  
*холодный период года*

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.30			
Гимнастика ( <i>не менее 10 минут</i> )	8.00-8.10			
Завтрак	8.30 - 9.00			
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00	9.00 - 10.10	9.00 - 10.15	9.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 -12.00	10.10 - 12.10	10.15 - 12.15	10.50 - 12.30
Второй завтрак	10.30 - 11.00			
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	12.10-13.00	12.15-13.00	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30			
Полдник	15.30 - 16.00			
Занятия ( <i>при необходимости</i> )	-	-	16.00 - 16.25	16.00 - 16.30
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 - 17.30	16.00 - 17.30	16.25 - 17.30	16.30 - 17.30
Ужин	17.30 - 18.00	17.30 - 18.00	17.30 - 18.00	17.30 - 17.50
Прогулка	18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	17.50 - 19.00
Уход домой	до 19.00			

**Режим дня**  
**во II группе раннего возраста**  
*холодный период года*

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Прием обучающихся, осмотр, самостоятельная деятельность,	7.00 - 8.30
Утренняя гимнастика (10 минут)	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 - 9.10
	9.20 - 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.30 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 - 16.10
	16.20 - 16.30
Самостоятельная деятельность	16.30 - 17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30 - 18.00
Подготовка к прогулке, прогулка	18.00 - 19.00
Уход домой	до 19.00