

Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	3—4 года	4—5 лет	5—6 лет	6—7 лет
<i>Холодный период года</i>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.40
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30 – 8.50	8.35-8.55
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия-2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.55	9.00 – 9.50	9.00 – 10.30	9.00-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.55–11.45	10.10-12.15	10.30 –12.05	11.00-12.35
Второй завтрак	9.30	9.45	10.00	10.00
Обед	11.35-11.55	11.50 –12.20	12.05-12.25	12.35-12.55
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.25 –15.20	12.20 –15.25	12.25 –15.30	12.55 – 15.35
Полдник	15.20-15.35	15.25 –15.40	15.30-15.45	15.35-15.50
Занятия (при необходимости)	-	-	15.45-16.10	15.50-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35-15.55	15.40-16.05	16.10-16.20	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	15.55 - 17.00	16.05 –17.05	16.20-17.10	16.40-17.10
Ужин	17.00- 17.20	17.05 -17.20	17.10 –17.25	17.10 – 17.25
Подготовка к прогулке, игры, самостоятельная деятельность на улице, труд, уход детей домой	17.20 –19.00	17.20 –19.00	17.25 –19.00	17.25 – 19.00