

**Режим дня в младшей группе в холодный период
для групп с 10.5 -часовым пребыванием**

В соответствии САНПИН 2.4.1.3049-13

**"САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УСТРОЙСТВУ, СОДЕРЖАНИЮ И
ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА РАБОТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ"**

Раздел XI - Требования к приему детей в дошкольные образовательные организации, режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса

<https://base.garant.ru/70414724/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	II МЛАДШАЯ ГРУППА (С 3-4 Л.)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Артикуляционная и дыхательная гимнастики.	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, умывание прохладной водой.	8.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25– 8.45
Игры, подготовка к занятиям.	8.45 – 9.00
I. Занятие	9.00 – 9.15
Перерыв (не менее 10 мин.)	9.15-9.25
II. Занятие	9.25-9.40
Самостоятельные игры	9.40-10.00
2-й завтрак	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10 – 11.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.35-11.50
Подготовка к обеду, обед.	11.50 – 12.20
Подготовка ко сну, музыкотерапия, сказкотерапия, дневной сон.	12.20 – 12.30
Дневной сон.	12.30-15.00
Подъем. Воздушные и водные процедуры, закаливание, упражнения после сна.	15.00 – 15.15
Полдник.	15.15 – 15.30
Факультативная/ самостоятельная/ игровая деятельность.	15.30 – 16.00
Игры. Прогулка, уход домой.	16.00 – 18.00

**Режим дня в средней группе в холодный период
для групп с 10.5 -часовым пребыванием**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СРЕДНЯЯ ГРУППА (С 4-5 Л.)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Артикуляционная и дыхательная гимнастики.	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, умывание прохладной водой.	8.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25– 8.45
Игры, подготовка к занятиям.	8.45 – 9.00
I. Занятие	9.00 – 9.20
Перерыв (не менее 10 мин.)	9.20-9.30
II. Занятие	9.30-9.50
Самостоятельные игры	9.50-10.00
2-й завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10 – 11.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.35-11.50
Подготовка к обеду, обед.	11.50 – 12.20
Подготовка ко сну, музыкотерапия, сказкотерапия, дневной сон.	12.20 – 12.30
Дневной сон.	12.30-15.00
Подъём. Воздушные и водные процедуры, закаливание, упражнения после сна.	15.00 – 15.15
Полдник.	15.15 – 15.30
Факультативная/ самостоятельная/ игровая деятельность.	15.30 – 16.00
Игры. Прогулка, уход домой.	16.00 – 18.00

**Режим дня в старшей группе в холодный период
для групп с 10.5 -часовым пребыванием**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	СТАРШАЯ ГРУППА (С 5-6 Л.)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Артикуляционная и дыхательная гимнастики.	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, умывание прохладной водой.	8.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30– 8.50
Игры, подготовка к занятиям.	8.50 – 9.00
I. Занятие	9.00 – 9.25
Перерыв (не менее 10 мин.)	9.25-9.35
II. Занятие	9.35-10.00
2-й завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну, музыкотерапия, сказкотерапия, дневной сон.	12.30 – 12.40
Дневной сон.	12.40-15.00
Подъем. Воздушные и водные процедуры, закаливание, упражнения после сна.	15.00 – 15.20
Полдник.	15.20 – 15.40
Факультативная/ самостоятельная/ игровая деятельность.	15.40-16.40
Игры. Прогулка, уход домой.	16.40 – 18.00

**Режим дня в подготовительной группе в холодный период
для групп с 10.5 часовым пребыванием**

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (С 6-7 Л.)
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Артикуляционная и дыхательная гимнастики.	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, умывание прохладной водой.	8.00 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.35– 8.50
Игры, подготовка к занятиям.	8.50 – 9.00
I. Занятие	9.00 – 9.30
Перерыв (не менее 10 мин.)	9.30-9.40
II. Занятие	9.40-10.10
2-й завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.20 – 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10-12.35
Подготовка ко сну, музыкотерапия, сказкотерапия, дневной сон.	12.35 – 12.45
Дневной сон.	12.45-15.00
Подъём. Воздушные и водные процедуры, закаливание, упражнения после сна.	15.00 – 15.20
Полдник.	15.25 – 15.45
Факультативная/ самостоятельная/ игровая деятельность.	15.45-16.45
Игры.Прогулка, уход домой.	16.45 – 18.00

**Режим дня в подготовительной группе в холодный период
для групп с 10.5 часовым пребыванием**