

Примерный режим дня (тёплый период)

Режимные моменты	Возраст				
	3-й год жизни	4-й год жизни	5-й год жизни	6-й год жизни	7-й год жизни
Дома					
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В дошкольном Учреждении					
Утренний приём на улице (по погодным условиям), игры, гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50
Игровая деятельность, подготовка к прогулке	8.20-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Прогулка: игры, наблюдение, труд, совместная деятельность с детьми	9.00-11.20	9.00-12.00	9.00-12.10	9.00-12.15	9.00-12.25
Возвращение с прогулки, Культурно-гигиенические навыки, игры	11.20-11.40	12.00-12.20	12.10-12.30	12.15-12.35	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	12.20-12.50	12.30-13.00	12.35-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.50
Совместная и самостоятельная деятельность	15.25-16.15	15.50-16.20	15.50-16.35	15.50-16.40	15.50-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (по погодным условиям) игры, развлечения, самостоятельная деятельность воспитателя с детьми	16.15-17.30	16.20-16.35	16.35-17.50	16.40-18.00	16.40-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.30-18.00	17.50-18.15	17.50-18.15	18.00-18.20	18.00-18.25
Ужин	18.00-18.30	18.15-18.45	18.15-18.45	18.20-18.45	18.25-18.50
Игры, уход детей домой	18.30-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.50-19.00
Дома					

Прогулка	19.00- 19.30	19.00- 20.00	19.00- 20.00	19.00- 20.10	19.00- 20.10
Возвращение с прогулки, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30- 20.30	20.00- 20.30	20.00- 20.40	20.10- 20.40	20.10- 20.40
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)	20.40-6.30 (7.30)	20.40-6.30 (7.30)	20.40-6.30 (7.30)