



Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Холодный период года				
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 - 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50	8.30 - 9.50	8.30 - 9.50	8.30 - 9.00
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 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 - 10.00	9.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.40 - 12.00	9.50 - 12.00	10.00 - 12.00	10.50 - 12.00
Второй завтрак ¹	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Обед	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	16.00 - 16.15	16.00 - 16.20	16.00 - 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15 - 17.00	16.20 - 17.00	16.25 - 17.00	16.30 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	17.00 - 18.30	16.40 - 18.30

Ужин	18.30	18.30	18.30	18.30
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00