

**Группа раннего возраста.
Режим и распорядок дня на холодный период учебного года.
(Сентябрь - май.)**

№ п/п	Содержание	Время	Длительность прогулок и сна
1.	Приём, осмотр детей, индивидуальная работа с детьми, игровая деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	
2.	Подготовка к завтраку.	8.30 – 8.50	
3.	Завтрак.	8.50 – 9.10	
	Подготовка к занятию.	9.10 – 9.20	
4.	Занятия в игровой форме.	9.20 – 9.30	
5.	Игровая деятельность.	9.30 – 9.50.	
6.	Подготовка ко второму завтраку.	9.50 – 10.10	
7.	Второй завтрак.	10.10 – 10.20	
8.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.20 – 11.30	1 час 10мин.
9.	Подготовка к обеду. Обед.	11.30 – 12.00	
10.	Подготовка к дневному сну. Сон.	12.00 – 15.00	3 часа
11.	Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры. Подготовка к полднику.	15.00 – 15.30	
12.	Полдник.	15.30 – 15.50	
13.	- Занятие. - Игровая деятельность. -Художественно – творческая деятельность.	16.00- 16.10 16.10 – 16.30 16.30 – 17.00	
14.	Подготовка к ужину. Ужин.	17.00 – 17.20.	
15.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	17.20- 20.00	2 часа 40 минут

**Группа младшего возраста.
Режим и распорядок дня на холодный период учебного года.
(Сентябрь - май.)**

	Содержание	Время	Длительность прогулок и сна
1.	Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.30	
2.	Подготовка к завтраку	8.30 – 8.50	
3.	Завтрак	8.50 – 9.10	
4.	Культурно – гигиенические процедуры	9.10 - 9.20	
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20 – 9.35	
6.	Самостоятельная игровая деятельность.	9.35 - 10.00	
7.	Подготовка к завтраку. 2 – ой завтрак.	10.00 – 10.20	
8.	Самостоятельная игра.	10.20 – 10.40	
9.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.40 – 11.50	1 час 10 мин.
10.	Подготовка к обеду. Обед.	11. 50 – 12.30	
11.	Подготовка к дневному сну. Сон.	12.30 – 15.00	2 часа 30 минут
12.	Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, игровая деятельность, подготовка к полднику.	15.00 – 15.40	
13.	Полдник.	15.40 – 16.00	
14.	Игровая деятельность.	16.00 – 16.20	
15.	- Занятие -Художественно – творческая деятельность	16.20 – 16.35 16.35 – 17.00	
16.	Подготовка к ужину. Ужин.	17. 00 – 17.20	
17.	Подготовка к прогулке. Прогулка.	17.20 – 20.00	2часа 40 минут