**Режимы на холодный и теплый периоды года всех возрастных групп**

**с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13-13**

**(ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режим дня | Группа №1 (1-3года) | Группа №2 (3-5лет) | Группа №3 (5-6лет) |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 – 7.30 | 6.30 - 7.30 | 6.30 - 7.30 |
| Прием ,осмотр , игры.  | 7.30 – 8.00 | 7.30 - 8.10 | 7. 30 - 8. 10 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 -8.10 | 8.10-8.20 | 8.10-8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8. 10 - 8. 45 | 8. 20 – 8. 50 | 8. 25 - 9. 00 |
| Игры , совместная деятельность | 8. 45 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | - |
| Образовательная деятельность  | 9.00.-9.30 | 9.00.- 9. 45/ 9.00.- 9. 50 | 9.00 - 10.45/ 9.00 - 10.50 |
| Второй завтрак | 9.30- 9.45. | 9. 50 – 10. 00 | 10. 50 – 11.00 |
| Игры, подготовка к прогулке , прогулка.  | 9.45 -11.30 | 10. 00 - 11.45 | 11.00 – 12. 00 |
| Возвращение с прогулки. | 11.30- 11.40 | 11.45– 12. 00 | 12.00 - 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40 -12.00 | 12. 00 – 12.30 | 12.10 - 12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.00 -15.00 | 12.30 –15.00 | 12.30 -15.00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна  | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.20 | 15.00 - 15.20 |
| Подготовка кполднику, полдник. | 15.15 -15.30 | 15.20 – 15.50 | 15.20 - 15.40 |
| Самостоятельная деятельность. | 15.30 -15.50 | 15.50 - 16.20 | 15.40 - 16.10 |
| Игры, наблюдения, подготовка к прогулке , прогулка. | 15. 5 0- 17.00 | 16. 20 - 17.00 | 16.10 - 17.00 |
|  Уход детей домой. | 17. 00 - 17.30 | 17.00 – 17. 30 | 17. 00 - 17. 30 |
| дома |  |  |  |
| Прогулка, возвращение с прогулки  | 19.00 – 20.15 | 19. 00 – 20.15 | 19. 00 – 20.15 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры. | 20.15 – 20.45. | 20.15 – 20.45 | 20.15 – 20.45 |
| Укладывание, ночной сон. | 20.45 | 20.45 | 20.45 |

**(ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режим дня | Группа №1 (1-3года) | Группа №2 (3-5лет) | Группа №3 (5-6лет) |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 – 7.30 | 6.30 - 7.30 | 6.30 - 7.30 |
| Прием ,осмотр , игры.  | 7.30 – 8.00 | 7.30 - 8.10 | 7. 30 - 8. 10 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 -8.10 | 8.10-8.20 | 8.10-8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8. 10 - 8. 45 | 8. 20 – 8. 50 | 8. 25 - 9. 00 |
| Игры , совместная деятельность | 8.45 – 9.00 | 8.50 – 9.15 | - |
| Образовательная деятельность  | 9.00 – 9.35 | 9.15 – 9.30, 9.40.-10.00 | 9.00 - 9.30, 9.40-10.10. |
| Второй завтрак | 9.35 -9.45 | 10.00-10.15 | 10.10-10.20 |
| Игры, подготовка к прогулке , прогулка.  | 9.45 -11.30 | 10.15-11.45 | 10.20 - 12. 00 |
| Возвращение с прогулки. | 11.30- 11.40 | 11.45 -12. 00 | 12.00 - 12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40 -12.00 | 12. 00 – 12.30 | 12.10 - 12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.00 -15.00 | 12.30 –15.00 | 12.30 -15.00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна  | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.20 | 15.00 - 15.20 |
| Подготовка кполднику, полдник. | 15.15 -15.30 | 15.20 – 15.50 | 15.20 - 15.40 |
| Самостоятельная деятельность. | 15.30 -15.50 | 15.50 - 16.20 | 15.40 - 16.10 |
| Игры, наблюдения, подготовка к прогулке , прогулка. | 15. 5 0- 17.00 | 16. 20 - 17.00 | 16.10 - 17.00 |
|  Уход детей домой. | 17. 00 - 17.30 | 17.00 – 17. 30 | 17. 00 - 17. 30 |
| дома |  |  |  |
| Прогулка, возвращение с прогулки  | 19.00 – 20.15 | 19. 00 – 20.15 | 19. 00 – 20.15 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры. | 20.15 – 20.45. | 20.15 – 20.45 | 20.15 – 20.45 |
| Укладывание, ночной сон. | 20.45 | 20.45 | 20.45 |