«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующая МБДОУ д/с №83
«Светлячок» общеразвивающего вида
_____ Бредихина Е.А.

Примерный режим дня (Холодный период)

Режимные моменты	1 младшая группа (от 2 до 3 лет)	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот-ная к школе группа	Разновозрастная группа№1 (3-5 лет)	Разновозрастная группа№2 (5-7 лет)
Прием детей в детский сад, свободная игровая деятельность. Утренняя гимнастика.	7.30-8.00	7.30-8.20	7.30-8.25	7.30-8.25	7.30-8.30	7.30-8.25	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.20-9.00	8.25-8.55	8.25-8.50	8.30-8.50	8.25-8.55	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-8.40	9.00-9.10	8.55-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.10	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами (включая перерывы)	8.40-9.10 (по подгруппам)	9.10-9.50	9.10-10.00	9.00-10.35	9.00-10.50	9.10-10.00 (по подгруппам)	9.00-10.50 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.10-9.20	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.05	10.00-12.00	10.10-12.00	10.35-12.25	10.50-12.40	10.10-12.00	10.50-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.05-11.30	12.00-12.20	12.00-12.20	12.25-12.40	12.40-12.50	12.00-12.20	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.20-12.50	12.20-12.50	12.40-13.00	12.50-13.10	12.20-12.50	12.50-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.10	12.50-15.00	13.10-15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.10-15.25	15.00-15.25	15.10-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.20	16.00-17.20	16.00-17.20	16.00-17.20	16.00-17.20	16.00-17.20	16.00-17.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Уход домой.	17.20-18.00	17.20-18.00	17.20-18.00	17.20-18.00	17.20-18.00	17.20-18.00	17.20-18.00
Длительность прогулки в соответствии с СанПин 2.4.1.3049-13	**3 часа 5 мин. (1,45 + 1,20)**	**3часа 20 мин (2 + 1,20)**	**3часа 10 мин (1,50 + 1,20)**	**3часа 10 мин (1,50 + 1,20)**	**3часа 10мин (1,50 + 1,20)**	**3часа 10 мин (1,50 + 1,20)**	**3часа 10мин (1,50 + 1,20)**
Продолжительность организованной образовательной деятельности	**10 мин.**	**15**	**20**	**25**	**30**	**15/20**	**30**
Объем образовательной нагрузки в соответствии с СанПин 2.4.1.3049-13СанПин	**20 мин.**	**30**	**40**	**45 и 1,5 часа соотв-но**	**45 и 1,5 часа соотв-но**	**30/40**	**45 и 1,5 часа соотв-но**
Сон в соответствии сСанПин 2.4.1.3049-13	**3**	**2 - 2,5**	**2 - 2,5**	**2 - 2,5**	**2 - 2,5**	**2 - 2,5**	**2 - 2,5**
Самостоятельная деятельность		**3-4часа**	**3-4часа**	**3-4часа**	**3-4часа**	**3-4часа**	**3-4часа**