



Утверждаю: 
Заведующий _____ И.А.Фролова

Приказ № 87-О от 31. 08. 2018 г.

СВОДНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

режимные моменты	I младшая группа	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Подъём, гигиенические процедуры. Утренний приём, игры, самостоятельная деятельность детей	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40	8.30 – 8.40	8.30 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55	8.40 – 8.55	8.40 – 8.55	8.40 – 8.55
Игры, свободное общение детей, подготовка к образовательной деятельности	8.55 – 9.00	8.55 – 9.00	8.55 – 9.00	8.55 – 9.00
Непрерывная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы)	9.00 - 9.30	9.00 - 9.40	9.00 – 9.50	9.00 - 10.00
Наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, самостоятельная деятельность. II завтрак	9.30 – 10.00	9.40 – 10.10	9.50 - 10.15	10.00 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, самостоятельная деятельность), возвращение с прогулки.	10.00 – 11.40	10.10 – 11.50	10.15 – 12.00	10.20 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.20	11.50 – 12.30	12.00 – 12.40	12.20 – 12.55
Чтение художественной литературы	12.20 – 12.30	12.30 – 12.40	12.40 – 12.50	12.55 – 13.10
Дневной сон	12.30 – 15.00	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	13.10 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, водные процедуры, самостоятельные игры, досуг	15.00 – 15.30	15.00 – 15.35	15.00 – 15.40	15.00 – 15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50	15.35 – 15.55	15.40 – 16.00	15.45 – 16.05
Игры, досуг, кружки, самостоятельная деятельность, общение по интересам	15.50 – 17.00	15.55 – 17.00	16.00 – 17.00	16.05 – 17.05
Подготовка к прогулке, прогулка (в тёмное время суток прогулка может быть сокращена)	17.00 - 18.45	17.00 - 18.50	17.00 – 18.50	17.05 – 18.55
Подготовка к ужину, ужин	18.45 – 19.15	18.50 – 19.15	18.50 – 19.15	18.55 – 19.15
Спокойные игры, свободная самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	19.15 – 20.30	19.15 – 20.30	19.15 – 20.45	19.15 – 20.45
II ужин	20.30 – 20.45	20.30 – 20.45	20.45 – 21.00	20.45 – 21.00
Подготовка ко сну Ночной сон	20.45 – 7.00	20.45 – 7.00	21.00 – 7.00	21.00 – 7.00