

Примерная модель режима дня на холодный период года МКДОУ детский сад «Радуга» ст. Просница

Режимные моменты	Время, отведенное на режимные моменты в возрастных группах					
	1,5-2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием, осмотр, измерение температуры, игра, утренняя гимнастика	7.30-8.20	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Прием, осмотр, измерение температуры, игра, утренняя гимнастика	7.30-8.20	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
завтрак	8.20-8.50	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, занятия, занятия со специалистами	8.50-9.20	9.00-9.30	9.00- 9.40	9.00-10.00	9.00-10.35	9.00-10.40
Самостоятельная деятельность	9.20-9.50	9.30-9.50	9.40-10.00			
подготовка ко второму завтраку, завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.35-11.00	10.40-11.00
прогулка	10.00-11.30	10.00-11.30	10.10-11.50	10.10-12.00	11.00-12.05	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.40	11.30-11.40				
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.20	11.40-12.20	11.50-12.30	12.00-12.30	12.05-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.00	12.20-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность в центрах активности	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, игры, самостоятельная деятельность, прогулка, уход из детского сада	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00

