**Утверждаю**

**Заведующая МДОУ «Детский сад «Светлячок»**

**Цветкова Е. Г.**

**Приказ №143 от 31. 08. 2020**

**Режим дня (холодный период) для разных возрастных групп ДОУ с 10,5 часовым пребыванием детей**

**Режим дня для первой группы раннего возраста (1 год 6 мес. –2 года)** *(холодный период года)*

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные мероприятия | 1г 6мес-2 года |
| Прием детей, игра | 7.15-8.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15-8. 45 |
| Самостоятельная деятельность | 8. 45; 9.30 |
| Подготовка и проведение игры –занятия 1 (по подгруппам) | 9.10-9.20 -9.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.30-11.20 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.20-11.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00-15.00 |
| Постепенный подъем, Самостоятельная деятельность | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику  Полдник | 15.30-15.50 |
| Подготовка и проведение игры-занятия 2 (по подгруппам) | 15.50-16.00-16.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка  Самостоятельная деятельность,  Уход домой | 16. 10-17. 45.  17. 45 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Вторая группа раннего возраста** | **2 младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| Режимные мероприятия | **2-3 года** | **3-4 года** | **4-5 лет** | **5-6 лет** | **6-7 лет** |
| **Прием детей;**  **Самостоятельная деятельность детей** | **715-810**  (55 мин) | **715-810**  **(55 мин)** | **715-810**  **(55 мин)** | **715-810**  **(55 мин)** | **715-810**  **(55 мин)** |
| **Утренняя гимнастика** | **810-815**  **(5 мин)** | **810-815**  **(5 мин)** | **810-817**  **(7 мин)** | **810-820**  **(10 мин)** | **810-820**  **(10 мин)** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **815-825**  **(10 мин)** | **815-825**  **(10 мин)** | **817-830**  **(13 мин)** | **820-830**  **(10 мин)** | **820-830**  **(10 мин)** |
| **Подготовка к завтраку,**  **ЗАВТРАК** | **825-850**  **(25 мин)** | **825-845**  **(20 мин)** | **830-845**  **(15 мин)** | **830-845**  **(15 мин)** | **830-845**  **(15 мин)** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **850-900**  **(10 мин)** | **845-900**  **(15 мин.)** | **845-900**  **(15 мин)** | **845-900**  **(15 мин)** | **845-900**  **(15 мин)** |
| **НОД №1** | **900-910**  **(10 мин)** | **900-915**  **(15 мин.)** | **900-920**  **(20 мин)** | **900-925**  **(25 мин0** | **900-930**  **(30 мин)** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **910-920**  **(10 мин)** | **915-925**  **(10 мин)** | **920-930**  **(10мин)** | **925-935**  **(10 мин)** | **930-940**  **(10 мин)** |
| **НОД №2** | **920-930**  **(10 мин)** | **925-940**  **(15 мин)** | **930-950**  **(20 мин)** | **935-955**  **(20 мин)** | **940-1010**  **(30 мин)** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **-** | **940-950**  **(10 мин)** | **950-1000**  **(10 мин)** | **955-1010**  **(15 мин)** | **1010-1020**  **(10 мин)** |
| **Подготовка к прогулке** | **930-940**  **(10 мин)** | **950-1000**  **(10 мин)** | **1000-1010**  **(10 мин)** | **1010-1020**  **(10 мин)** | **1020-1025**  **(5 мин)** |
| **ПРОГУЛКА**  **Самостоятельная деятельность детей на прогулке** | **940-1130**  **(1ч 50 мин)** | **1000-1200**  **(2 ч)** | **1010-1210**  **(2 ч)** | **1020-1220**  **(2 ч)** | **1025-1225**  **(2 ч)** |
| **45 мин** | **35 мин.** | **30 мин.** | **35 мин.** | **40 мин.** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **-** | **1200-1210**  **(10 мин)** | **1210-1230**  **(20 мин)** | **1220-1235**  **(15 мин)** | **1225-1235**  **(10 мин)** |
| **Подготовка к обеду**  **ОБЕД** | **1130-1150**  **(20 мин)** | **1210-1235**  **(25 мин)** | **1230-1250**  **(20 мин)** | **1235-1255**  **(20 мин)** | **1235-1255**  **(20 мин)** |
| **Подготовка ко сну** | **1150-1200**  **(10 мин)** | **1235-1250**  **(15 мин)** | **1250-1300**  **(10 мин)** | **1255-1300**  **(5 мин)** | **1255-1300**  **(5 мин)** |
| **СОН** | **1200-1500**  **(3 ч.)** | **1250-1500**  **(2ч 10 мин)** | **1300-1500**  **(2 ч)** | **1300-1500**  **(2ч.)** | **1300-1500**  **(2 ч.)** |
| **Подъем;**  **Самостоятельная деятельность детей** | **1500-1510**  **(10 мин)** | **1500-1510**  **(10 мин)** | **1500-1510**  **(10 мин)** | **1500-1510**  **(10 мин)** | **1500-1505**  **(5 мин)** |
| **НОД №3** | **-** | **-** | **-** | **1510-1535**  **(25 мин)** | **1505-1535**  **(30 мин)** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **1520-1530**  **(10 мин)** | **1510-1535**  **(25 мин)** | **1510-1535**  **(25 мин)** | **1535-1540**  **(5 мин)** | **1535-1540**  **(5 мин)** |
| **Подготовка к полднику**  **ПОЛДНИК** | **1530-1550**  **(20 мин)** | **1535-1550**  **(15 мин)** | **1535-1550**  **(15 мин)** | **1540-1555**  **(15 мин0** | **1540-1555**  **(15 мин)** |
| **Подготовка к прогулке** | **1550-1600**  **(10 мин)** | **1550-1600**  **(10 мин)** | **1550-1600**  **(10 мин)** | **1555-1600**  **(5 мин)** | **1555-1600**  **(5 мин)** |
| **ПРОГУЛКА**  **Самостоятельная деятельность детей на прогулке;**  **Уход домой.** | **1600-1745**  **(1 ч 45мин)** | **1600-1745**  **(1 ч 45мин.)** | **1600-1745**  **(1 ч 45мин.)** | **1600-1745**  **(1ч 45мин.)** | **1600-1745**  **(1ч.45мин)** |
| **45 мин.** | **30 мин.** | **27 мин.** | **30 мин.** | **35 мин.** |

1). п.11.5 Продолжительность прогулок составляет 3-4 ч., проводятся 2 раза в день (1-я пол. дня и 2-я пол. дня); 2) п. 11.7 Продолжительность СНА: для детей от 1,5 до 3 лет – не менее 3 часов; для детей с 3 до 7 лет - 2 часа; 3). п. 11.8 Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3-4 часов 4). п. 11.9 Продолжительность НОД: для детей от 1,5 до 3 лет не должна превышать 10 мин (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня); для детей от 3-4 лет не более 15 мин. (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; Макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня – 30 мин); для детей от 4 до 5 лет – не более 20 мин (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; Макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня –40 мин); для детей 5-6 лет – не более 25 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; В 1-ю пол. дня мак. объем образ. нагрузки – 45 мин); для детей 6-7 лет – не более 30 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; В 1-ю пол. дня мак. объем образ. нагрузки – 1,5 часа).