Режим дня в детском саду (холодный период года)

(согласно СанПиН 2.4.1.3049-13)

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | время |
| Приём детей  (общение с родителями, совместные игры, чтение художественной литературы) Утренняя разминка (гимнастика) | 07.30-08.30 |
| Завтрак  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 08.30- 09.00 |
| Игровая, познавательная, продуктивная деятельность детей | 09.00-09.25  09.35-10.15 |
| Второй завтрак | 10.15-10.30 |
| Прогулка  (подвижные игры, экспериментирование и игры с природным материалом) | 10.30-12.15 |
| Возвращение с прогулки  (формирование навыков самообслуживания) | 12.15-12.30 |
| обед  (формирование культурно-гигиенических навыков, культуры приёма пищи) | 12.30 -13.00 |
| Подготовка ко сну, сон (дневной отдых)  (перед сном: чтение, слушание аудиозаписей) | 13.00 -15.00 |
| Постепенный подъём  (закаливающие процедуры, разминка, спокойные игры) | 15.00-15.20 |
| Полдник (облегчённый ужин)  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 15.20-15.30 |
| Игровая, физкультурно-оздоровительная, творческая деятельность детей | 15.30-16.30 |
| Подготовка к прогулкеПрогулка  (подвижные игры, продуктивная деятельность с природным материалом) | 16.30-17.20 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к ужину | 17.20-17.30 |
| Ужин  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 17.30-17.50 |
| Игры по выбору, чтение художественной литературы и уход домой | 17.50-19.30 |

Модель режима дня в детском саду (теплый период года)

(согласно СанПиН 2.4.1.3049-13)

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | время |
| Приём детей  (общение с родителями, совместные игры, чтение художественной литературы) Утренняя разминка (гимнастика) | 07.30-08.30 |
| Завтрак  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 08.30- 09.00 |
| Игровая, познавательная, продуктивная деятельность детей | 09.00-10.15 |
| Прогулка  (подвижные игры, экспериментирование и игры с природным материалом) | 10.15-12.00 |
| Возвращение с прогулки  (формирование навыков самообслуживания) | 12.00-12.15 |
| обед  (формирование культурно-гигиенических навыков, культуры приёма пищи) | 12.15-12.45 |
| Подготовка ко сну, сон (дневной отдых)  (перед сном: чтение, слушание аудиозаписей) | 12.45 -15.00 |
| Постепенный подъём  (закаливающие процедуры, разминка, спокойные игры) | 15.00-15.20 |
| Полдник (облегчённый ужин)  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 15.20-15.30 |
| Игровая, физкультурно-оздоровительная, творческая деятельность детей | 15.30-16.30 |
| Подготовка к прогулкеПрогулка  (подвижные игры, продуктивная деятельность с природным материалом) | 16.30-17.30 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к ужину | 17.30-17.40 |
| Ужин  (формирование культурно-гигиенических навыков) | 17.40-18.00 |
| Игры по выбору, чтение художественной литературы и уход домой | 18.00-19.30 |