

**Гибкий режим дня для детей дошкольного возраста
 в группах общеразвивающей направленности
 в холодный период года 2019-2020**

Режимные моменты	1 младшая группа А	1 младшая группа Б	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовка к школе
Прием детей, игры самостоятельная деят-ть.	07.00-07.50	07.00-07.50	07.00-07.18	07.00-07.32	07.00-07.47	07.00-08.00
Утренняя гимнастика	07.50-07.55	07.50-07.55	07.18-07.25	07.32-07.40	07.47-07.55	08.00-8.10
Самостоятельная деятельность, подготовка к I завтраку,	07.55-08.15	07.55-08.15	07.25-08.15	07.40-08.20	07.55-08.25	08.10-08.25
Завтрак	08.15-08.30	08.15-08.30	08.15-08.30	08.20-08.35	08.25-08.40	8.25-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	08.30-08.50	08.30-08.50	08.30-09.00	08.35-08.50	8.40-09.00	8.40-09.00
НОД	1. 08.50-08.58 (по подгруппам пн., вт., ср., чт./ в зале и группе) (в пятницу по подгруппам поочередно в группе 08.50-08.58; 09.10-09.18)	1. 08.50-08.58 (по подгруппам пн., вт., ср., чт./ в зале и группе) (в пятницу по подгруппам поочередно в группе 08.50-08.58; 09.10-09.18)	1. 09.00-09.15 2. 09.25-09.40 (в пятницу 1е занятие физ-ра в 8.50-9.05)	1. 08.50-09.10 2. 09.30-09.50	1. 09.00-09.20 2. 09.40-10.05 (в пятницу 2е занятие физ-ра на воздухе в 12.05-12.30)	1. 09.00-09.30 2. 09.40-10.10 3. 10.20-10.50 пн., вт., ср., чт (в понедельник в 3-е занятие на воздухе 12.00-12.30) (в пятницу 2 занятия, 3е во 2ю половину, дня)
Самостоятельная деятельность, игра	08.58-10.00	08.58-10.00	09.40-10.00	09.50-10.00	09.20-09.40	09.30-09.40
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке.	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.40	10.10-10.20	10.15-11.00	10.50-11.00
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность	10.20-11.20 1 час	10.20-11.20 1 час	10.40-11.40 1 час	10.20-12.00 1ч.40	11.00-12.30 1 ч.30	11.00-12.30 1ч.30
Возвращение с прогулки	11.20-11.25	11.20-11.25	11.40-11.50	12.00-12.10	12.30-12.35	12.30-12.35
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.25-11.35	11.25-11.35	11.50-12.00	12.10-12.25	12.35-12.40	12.35-12.40
Обед	11.35-11.50	11.35-11.50	12.00-12.20	12.25-12.40	12.45-12.55 12.40-12.55	12.40-12.55
Подготовка ко сну	11.50-12.00	11.50-12.00	12.20-12.30	12.40-12.50	12.55-13.00	12.55-13.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00

	3 ч.	3 ч.	2ч.30	2ч.10	2ч	2ч
Подъём, оздоровительная деят., подготовка к полднику	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15
Полдник	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.30	15.15-15.30
НОД	1. 16.10-16.18 пон. вт., ср., чт./ (в пятницу по подгруппам поочерёдно в группе 15.40-15.48; 16.10-16.18)	1. 16.10-16.18 пон. вт., ср., чт./ (в пятницу по подгруппам поочерёдно в группе 15.40-15.48; 16.10-16.18)			1. 15.40-16.05 (втор. четв.)	15.35-16.05 только во вторник, четверг, пятницу
Игры, самостоятельная деятельность	15.35-16.10	15.35-16.10	15.35-16.25	15.35-16.25	15.30-15.40 16.05-16.20	15.30-15.35 16.05-16.25 (пн, ср.)
Самостоятельная деятельность подготовка к ужину	15.48-16.10 16.18-16.30	15.48-16.10 16.18-16.30	16.25-16.30	16.25-16.30	16.20-16.30	16.05-16.30
Ужин	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.40	16.45-17.30	16.45-17.30
Прогулка	17.00-19.00 2ч	17.00-19.00 2ч	17.00-19.00 2ч	17.40-19.00 1ч.20	17.30-19.00 1ч.30	17.30-19.00 1ч.30