

Режим дня ранний и дошкольный возраст (1-8 лет)

Холодный период

| Вид деятельности | | 1-2 года | | 2-3 года | | 3-4 года | | 4-5 лет | | 5-6 лет | | 6-7 (8) лет | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| | | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, игра, утренняя гимнастика, индивидуальная работа | | 7.30-8.00 | 30 мин. | 7.30-8.20 | 50 мин. | 7.30-8.20 | 50 мин. | 7.30-8.20 | 50 мин. | 7.30-8.25 | 55 мин. | 7.30-8.30 | 1ч. |
| Подготовка к завтраку, завтрак | | 8.00-8.30 | 30 мин. | 8.20-8.45 | 25мин. | 8.20-8.45 | 25мин. | 8.20-8.45 | 25мин. | 8.25-8.50 | 25мин. | 8.30-8.55 | 25мин. |
| Непрерывная образовательная деятельность | Объем в неделю/Максимально допустимый объем | | | 1ч.40мин. | | 2ч.30мин /2ч.30мин | | 3ч.20мин/3ч.20мин | | 5ч.25мин/5ч.50мин | | 7ч./10ч. | |
| | Допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня | 9.00-9.10 | 20мин. | 9.00-9.10 | 20мин. | 9.00-9.15 | 30мин. | 9.00-9.20 | 40мин. | 9.00-9.25 | 45мин. | 9.00-9.30 | 1ч.30мин. |
| | | 9.20-9.30 Не более 10 мин. | (подсчет времени на 1 ребенка) | 9.20-9.30 Не более 10 мин. | (подсчет времени на 1 ребенка) | 9.25-9.40 Не более 15 мин. | (подсчет времени на 1 ребенка) | 9.30-9.50 Не более 20 мин. | (подсчет времени на 1 ребенка) | 9.35-10.00 Не более 25 мин. | (подсчет времени на 1 ребенка) | 9.40-10.10 10.20-10.50 | (подсчет времени на 1 ребенка) |
| Самостоятельная деятельность детей, игра | 9.30-9.55 | 25 мин. | 9.30-09.55 | 25 мин. | 9.40-10.00 | 20мин. | 9.50-10.00 | 10мин. | | | Не более 30 мин. | | |
| Второй завтрак | | 9.50-10.00 | 10 мин. | 09.55 – 10.05 | 10 мин. | 10.00-10.05 | 5мин. | 10.00-10.05 | 5мин. | 10.00-10.05 | 5мин. | 10.10-10.15 | 5 мин. |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

| Вид деятельности | 1-2 года | | 2 – 3 года | | 3-4 года | | 4-5 лет | | 5-6 лет | | 6-7 (8) лет | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|
| | | | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность | Время в режиме дня | Длительность |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00-11.30 | 1ч.30 мин. | 10.05-11.35 | 1ч.30 мин. | 10.05-11.40 | 1ч.35 мин. | 10.15-11.55 | 1ч.40 мин. | 10.20-12.10 | 1ч50 мин. | 11.00-12.30 | 1ч.30мин. |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 | 30 мин. | 11.35-12.05 | 30 мин. | 11.40-12.10 | 30 мин. | 11.55-12.25 | 30 мин. | 12.10-12.40 | 30 мин. | 12.30-12.50 | 20 мин. |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00-15.00 | 3 часа | 12.05 – 15.05 | 3 ч. | 12.10-15.10 | 3ч. | 12.25-15.10 | 2 ч. 30 мин. | 12.40-15.10 | 2 ч.30 мин. | 12.50-15.20 | 2ч.30 мин. |
| Подъем детей, гимнастика после сна | 15.00-15.10 | 10 мин. | 15.05- 15.15 | 10 мин. | 15.10-15.20 | 10 мин. | 15.10-15.20 | 10 мин. | 15.10-15.20 | 10 мин. | 15.20-15.30 | 10 мин. |
| Полдник | 15.10-15.20 | 10 мин. | 15.15-15.25 | 10 мин. | 15.20-15.30 | 10 мин. | 15.20-15.30 | 10 мин. | 15.20-15.30 | 10 мин. | 15.30-15.40 | 10 мин. |
| Игры, досуг, совместная деятельность с детьми, дополнительное образование, самостоятельная деятельность детей | 15.20-16.05 | 45 мин. | 15.25-16.10 | 45 мин. | 15.30-16.15 | 45 мин. | 15.30-16.15 | 45 мин. | 15.30-16.15 | 45 мин. | 15.40-16.15 | 35 мин. |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.05-16.25 | 20 мин. | 16.10-16.30 | 20 мин. | 16.15-16.35 | 20 мин. | 16.15-16.35 | 20 мин. | 16.15-16.35 | 20 мин. | 16.15-16.30 | 15 мин. |
| Самостоятельная деятельность детей, игры. Прогулка. Уход домой. | 16.25-18.00 | 1 ч.35 мин. | 16.30-18.00 | 1ч.30 мин. | 16.35-18.00 | 1ч. 25 мин. | 16.35-18.00 | 1ч. 25 мин. | 16.35-18.00 | 1ч.25 мин. | 16.30-18.00 | 1ч.30 мин. |