

## Гибкий режим дня в группе раннего возраста с 1,5- 3г. (холодный период года)

№ п/п	Компоненты режима дня	Время
1	<b>Прием детей</b> (общение с родителями; измерение температуры у детей, опрос родителей о состоянии здоровья детей; совместные игры детей; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	<b>7.00 – 8.00 (1ч)</b>
2	<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.00-8.10 (10мин)</b>
3	<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.10– 8.40 (30мин)</b>
4	<b>Совместная, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям</b>	<b>8.40 – 9.00(20 мин)</b>
5	<b>Занятия по подгруппам, включая 10-минутный перерыв между подгруппами</b>	<b>9.00 – 9.10, 9.20 – 9.30 (2*10мин+10 мин перерыв)</b>
6	<b>2 завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>9.30–9.40 (10мин)</b>
7	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе)	<b>9.40 – 11.10 (1ч30мин)</b>
8	<b>Подготовка к обеду, обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приёма пищи)	<b>11.10 – 11.50 (40мин)</b>
9	<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	<b>11.50 – 15.00 (3ч 10мин)</b>
10	<b>Постепенный подъем</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; закаливающие процедуры; воспитание культурно-гигиенических навыков; спокойные игры)	<b>15.00 – 15.15 (15мин)</b>
11	<b>Совместная, самостоятельная деятельность</b>	<b>15.15 – 15.45(30мин)</b>
12	<b>Организованная образовательная деятельность по подгруппам, включая 10-минутный перерыв между подгруппами</b>	<b>15.15-15.25, 15.35-15.45 (30мин)</b>
13	<b>Подготовка к уплотненному полднику, полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	<b>15.45– 16.10 (25 мин)</b>
14	<b>Самостоятельная деятельность, игры</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения) или <b>Дополнительная платная образовательная деятельность</b>	<b>16.10 – 16.30 (20 мин)</b>
15	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (общение с родителями)	<b>16.30 – 18.30 (2ч)</b>
16	<b>Возвращение с прогулки, уход детей домой</b>	<b>18.30-19.00 (30 мин)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>12ч</b>

## Гибкий режим дня в группе дошкольного возраста 3-4лет (холодный период года)

№ п/п	Компоненты режима дня	Время
1	<b>Прием детей</b> (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	<b>7.00 – 8.00(1 ч )</b>
2	<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.00 – 8.10 (10мин)</b>
3	<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения), <b>завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>8.10 – 8.40 (30мин)</b>
4	<b>Совместная, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям</b>	<b>8.40 - 9.00 (20 мин)</b>
5	<b>Занятия (включая перерыв в 10 мин)</b>	<b>9.00 – 9.15,9.25 - 9.40 (30 мин+ 10 мин перерыв)</b>
6	<b>2 завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>9.40- 9.50 (10 мин)</b>
7	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе). <b>Возвращение с прогулки</b> (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	<b>9.50 – 11.45 (1ч 55 мин)</b>
8	<b>Подготовка к обеду</b> (поручения). <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков ;культура приёма пищи)	<b>11.45 – 12.30 (1 ч 45 мин)</b>
9	<b>Подготовка ко сну. Сон</b> (дневной отдых)	<b>12.30 – 15.00 (2ч 30 мин)</b>
10	<b>Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно–гигиенических навыков; спокойные игры)	<b>15.00 – 15.15 (15 мин)</b>
11	<b>Совместная, самостоятельная деятельность</b>	<b>15.15 - 15.50 (35 мин)</b>
12	<b>Подготовка к уплотненному полднику, полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	<b>15.50– 16.15 (25 мин)</b>
13	<b>Самостоятельная деятельность, игры</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения) или <b>Дополнительная платная образовательная деятельность</b>	<b>16.15 – 16.25 (10 мин)</b>
14	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (общение с родителями)	<b>16.25– 18.30 (2 ч 5 мин)</b>
15	<b>Возвращение с прогулки, уход детей домой</b>	<b>18.30– 19.00 (30 мин)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>12 ч</b>

## Гибкий режим дня в группе детей 4-5 лет (холодный период года)

№ п/п	Компоненты режима дня	Время
1	<b>Прием детей</b> общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	<b>7.00 – 8.10 (1 час)</b>
2	<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.10 – 8.20 (10 мин)</b>
3	<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения), <b>завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>8.20 – 8.40 (20 мин)</b>
4	<b>Совместная, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям</b>	<b>8.40–9.00 (20 мин)</b>
5	<b>Занятия (включая перерыв в 10 мин)</b>	<b>9.00 – 9.20, 9.30 – 9.50 (40 мин+ 10 мин перерыв)</b>
6	<b>2 завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>9.50 –10.00 (10 мин)</b>
7	<b>Подготовка к прогулке.</b> Прогулка (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе). Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	<b>10.00 – 12.00 (2 часа)</b>
8	<b>Подготовка к обеду</b> (поручения). <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приёма пищи)	<b>12.00 – 12.50 (50 мин)</b>
9	<b>Подготовка ко сну. Сон</b> (дневной отдых)	<b>12.50 – 15.00 (2ч10 мин)</b>
10	<b>Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно-гигиенических навыков; спокойные игры)	<b>15.00 – 15.15 (15 мин)</b>
11	<b>Совместная, самостоятельная деятельность или Дополнительная платная образовательная деятельность</b>	<b>15.15 – 15.55 (30 мин)</b>
12	<b>Подготовка к уплотненному полднику</b> (дежурство). <b>Полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>15.55 – 16.15 (20мин)</b>
13	<b>Самостоятельная деятельность, игры</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения)	<b>16.15 – 16.40 (25 мин)</b>
14	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (общение с родителями)	<b>16.40 – 18.30 (1ч 50 мин)</b>
15	<b>Возвращение с прогулки, уход детей домой</b>	<b>18.30 – 19.00 (30 мин)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>12ч</b>

## Гибкий режим дня в группедетей5-6лет(холодный период года)

№ п/п	Компоненты режима дня	Время
1	<b>Прием детей</b> общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	<b>7.00 – 8.20 (1ч 20 мин)</b>
2	<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.20 – 8.30 (20 мин)</b>
3	<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения), <b>завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>8.30 – 8.50 (30 мин)</b>
4	<b>Совместная, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям</b>	<b>8.50-9.00 (10 мин)</b>
5	<b>Занятия (включая перерыв в 10 мин)</b>	<b>9.00– 9.20, 9.30 – 9.55 (45 мин, перерыв 10 мин)</b>
6	<b>2 завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>9.55- 10.05 (10мин)</b>
7	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе). Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	<b>10.05 – 12.10 (1ч 55 мин)</b>
8	<b>Подготовка к обеду</b> (поручения). <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приёма пищи)	<b>12.10 – 12.55 (45 мин)</b>
9	<b>Подготовка ко сну. Сон</b> (дневной отдых)	<b>12.55 – 15.00 (2ч 05 мин)</b>
10	<b>Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно–гигиенических навыков; спокойные игры)	<b>15.00 – 15.15 (15 мин)</b>
11	<b>Занятия (3 раза в неделю).</b>	<b>15.15 – 15.35 (20 мин)</b>
12	<b>Совместная, самостоятельная деятельность или Дополнительная платная образовательная деятельность</b>	<b>15.35-16.00 (25 мин)</b>
13	<b>Подготовка к уплотненному полднику</b> (дежурство). <b>Полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>16.00–16.20 (20 мин)</b>
14	<b>Самостоятельная деятельность, игры</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения). <b>Вечерний круг–рефлексия</b> (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	<b>16.20 – 16.50 (30 мин)</b>
15	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (общение с родителями)	<b>16.50 – 18.40 (1ч 50 мин)</b>
16	<b>Возвращение с прогулки, уход детей домой</b>	<b>18.40-19.00 (20 мин)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>12ч</b>

## Гибкий режим дня в группе детей 6-7 лет (холодный период года)

№ п/п	Компоненты режима дня	Время
1	<b>Прием детей</b> общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	<b>7.00 – 8.20</b> <b>(1ч 20 мин)</b>
2	<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.20-8.30</b> <b>(10 мин)</b>
3	<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения), <b>завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>8.30 – 8.50</b> <b>(20 мин)</b>
4	<b>Совместная, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям</b>	<b>8.50 – 9.00</b> <b>(10 мин)</b>
5	<b>Занятия (включая перерыв в 10 мин)</b>	<b>9.00 – 9.30, 9.40 - 10.10,</b> <b>10.20 - 10.50</b> <b>(90 мин, 2 перерыва по 10 мин)</b>
6	<b>2 завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>10.10 – 10.20 (10мин)</b>
7	<b>Подготовка к прогулке. Прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе). Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	<b>10.50-12.20</b> <b>(1ч 30 мин)</b>
8	<b>Подготовка к обеду</b> (поручения). <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приёма пищи)	<b>12.20 – 13.00</b> <b>(40 мин)</b>
9	<b>Подготовка ко сну. Сон</b> (дневной отдых)	<b>13.00 – 15.00 (2 часа)</b>
10	<b>Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно-гигиенических навыков; спокойные игры)	<b>15.00 – 15.15</b> <b>(15 мин)</b>
11	<b>Совместная, самостоятельная деятельность</b> или <b>Дополнительная платная образовательная деятельность</b>	<b>15.15 – 16.00</b> <b>(45 мин)</b>
12	<b>Подготовка к уплотненному полднику</b> (дежурство). <b>Полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков)	<b>16.00 – 16.35</b> <b>(35 мин)</b>
13	<b>Самостоятельная деятельность, игры</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения). <b>Вечерний круг-рефлексия</b> (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	<b>16.35 – 16.55</b> <b>(20 мин)</b>
14	<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b> (общение с родителями)	<b>16.55 – 18.40</b> <b>(1ч 45 мин)</b>
15	<b>Возвращение с прогулки, уход детей домой</b>	<b>18.40 – 19.00</b> <b>(20 мин)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>12ч</b>

