

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

