«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
детский сад комбинированного вида №49
_____ Веселова Л.И.

Режим дня на холодный период года

Группы общеразвивающей направленности для детей / Деятельность	От 4 – 5 лет
Дома:	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.00
В ДОУ:	
Прием детей. Игровая деятельность	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Гигиенические процедуры	8.15-8.25
Завтрак	8.25-8.50
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.20 9.30-9.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.50-10.10
Подготовка к прогулке, Прогулка	10.10-10.40 10.40-11.35
Возвращение с прогулки, игры	11.35-12.05
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	12.35-12.50 12.50-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Игровые занятия в кружках и секциях	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.10
Возвращение с проулки, самостоятельная деятельность Подготовка к ужину	17.10-17.25
Ужин	17.25-17.55
Самостоятельная деятельность двигательная активность. Уход детей домой	17.55-19.00
Дома:	
Прогулка с детьми	19.00-20.00
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00
Подготовка ко сну, ночной сон	21.00-6.30
Общий подсчет времени	
Непосредственно – образовательная деятельность взрослого и детей, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности в том числе игровые занятия в кружках и секциях	40 минут 20 минут
Самостоятельная деятельность детей, осуществляемая в рамках непосредственно образовательной деятельности (игры, подготовка к занятиям и при проведении режимных моментов)	4 часа
Прогулка (с учетом времени утренней, вечерней и прогулки с родителями).	2 часа 55 минут
Дневной сон	2 часа 10 минут