**Режим дня** (сентябрь-май) ***Дошкольные группы функционируют в режиме сокращенного дня - 10 часов***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дошкольные группы**  **Режимные моменты** | **Группа раннего возраста** | **2 младшая**  **группа** | **Средняя**  **группа** | **Старшая**  **группа** | **Подготовительная**  **группа** |
| **Утренний приём, свободная игровая деятельность** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** |
| **Утренняя зарядка**  *(не менее 10 минут)* | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** |
| **Завтрак** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** |
| **Образовательная нагрузка (занятие), занятия со специалистами** | **9.10-10.00**  ***по подгруппам***  *Продолжительность занятия- 10 минут.*  *Перерыв (физкультминутка)-*  *не менее 10 минут.*  *Суммарная образовательная нагрузка в течение дня- не более 20 минут.* | **9.10-10.00**  *Продолжительность занятия- 15 минут.*  *Перерыв (физкультминутка)-*  *не менее 10 минут.*  *Суммарная образовательная нагрузка в течение дня- не более 30 минут.* | **9.10-10.00**  *Продолжительность занятия- 20 минут.*  *Перерыв (физкультминутка)-*  *не менее 10 минут. Суммарная образовательная нагрузка в течение дня- не более 40 минут.* | **9.10-10.20**  *Продолжительность занятия- 25 минут.*  *Перерыв (физкультминутка)-*  *не менее 10 минут. Суммарная образовательная нагрузка в течение дня- 50 минут или 75 минут при организации одного занятия после сна.* | **9.10-10.40**  *Продолжительность занятия- 30 минут.*  *Перерыв (физкультминутка)-*  *не менее 10 минут. Суммарная образовательная нагрузка-90 минут.* |
| *При использовании ЭСО- гимнастика для глаз.* | |
| **Самостоятельная деятельность** | **10.00-10.20** | **10.00-10.30** | **10.00-10.40** | **10.20-10.40** | **10.30-10.50** |
| *Интервал самостоятельной деятельности ежедневно варьируется в зависимости от расписания НОД* | | | | |
| **Второй завтрак** | **10.20-10.30** | **10.30-10.40** | **10.40-10.50** | **10.40-10.50** | **10.50-11.00** |
| **Прогулка, двигательная активность** | **10.30-11.50** | **10.40-12.10** | **10.50-12.20** | **10.50 -12.30** | **11.00 -12.40** |
| *Прогулка (обязательный суммарный минимальный объем- 3 ч.), двигательная активность (суммарный минимальный объём- 1 ч.)*  *Рекомендовано сокращать продолжительность прогулки, если температура воздуха ниже -15°C, а скорость ветра более 7 м/с.* | | | | |
| **Обед** | **11.50-12.20** | **12.10-12.30** | **12.20-12.40** | **12.30-12.50** | **12.40-13.00** |
| **Подготовка ко сну,**  **дневной сон, пробуждение** | **12.20-15.30**  *(минимум 3 часа)* | **12.30-15.30**  *(минимум 3 часа)* | **12.40-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* | **12.50-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* | **13.00-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* |
| **Полдник** | **15.30-15.40** | **15.30-15.40** | **15.30-15.40** | **15.30-15.40** | **15.30-15.40** |
| **Образовательная нагрузка (занятие), занятия со специалистами** | **-** | **-** | **15.40-16.00** | **15.40-16.05** | **15.40-16.10** |
| **Свободная игровая и самостоятельная деятельность** | **15.40-16.20** | **15.40-16.30** | **16.00-16.30** | **16.05-16.40** | **16.10-16.40** |
| **Прогулка, двигательная активность, уход домой** | **16.20-18.00** | **16.30-18.00** | **16.30-18.00** | **16.40-18.00** | **16.40-18.00** |

**Режим дня** (июнь-июль) ***Дошкольные группы функционируют в режиме сокращенного дня - 10 часов***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дошкольные группы**  **Режимные моменты** | **Группа раннего возраста** | **2 младшая**  **группа** | **Средняя**  **группа** | **Старшая**  **группа** | **Подготовительная**  **группа** |
| **Утренний приём, свободная игровая деятельность** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** | **8.00-8.40** |
| **Утренняя зарядка**  *(не менее 10 минут)* | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** | **8.40-8.50** |
| **Завтрак** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** | **8.50-9.10** |
| **Игровая деятельность на прогулке**  *Тематические дни. Музыкальные и спортивные праздники, досуги, экскурсии, совместная и самостоятельная игровая деятельность* | **9.10-10.30** | **9.10-10.30** | **9.10-10.30** | **9.10-10.30** | **9.10-10.30** |
| **Второй завтрак** | **10.30-10.45** | **10.30-10.45** | **10.30-10.45** | **10.30-10.45** | **10.30-10.45** |
| **Игровая деятельность на прогулке**  *Игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры, общение по интересам, индивидуальная, самостоятельная и опытно-экспериментальная деятельность* | **10.45-11.50** | **10.45-12.10** | **10.45-11.40** | **10.45-11.50** | **10.45 -12.00** |
| *Прогулка (обязательный суммарный минимальный объем- 3 ч.), двигательная активность (суммарный минимальный объём- 1 ч.)* | | | | |
| **Самостоятельная деятельность**  **по интересам детей в групповой** | **-** | **-** | **11.40-12.20** | **11.50-12.30** | **12.00-12.40** |
| **Обед** | **11.50-12.20** | **12.10-12.30** | **12.20-12.40** | **12.30-12.50** | **12.40-13.00** |
| **Подготовка ко сну,**  **дневной сон, пробуждение** | **12.20-15.30**  *(минимум 3 часа)* | **12.30-15.30**  *(минимум 3 часа)* | **12.40-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* | **12.50-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* | **13.00-15.30**  *(минимум 2,5 часа)* |
| **Полдник** | **15.30-15.45** | **15.30-15.45** | **15.30-15.45** | **15.30-15.45** | **15.30-15.45** |
| **Свободная игровая и самостоятельная деятельность** | **15.45-16.25** | **15.45-16.25** | **15.45-16.25** | **15.45-16.25** | **15.45-16.25** |
| **Прогулка, двигательная активность, уход домой** | **16.25-18.00** | **16.25-18.00** | **16.25-18.00** | **16.25-18.00** | **16.25-18.00** |