

**Примерный режим дня на холодный период года (с 01.09.2018 по 31.05.2018)**  
**(в группах с 10,5-часовым пребыванием) 2018/2019 уч.год**

| Режимные моменты/группа/<br>часы проведения  | Группа младшего дошкольного возраста<br>(3-4 года)<br>Часы проведения |                              |
|--|---|------------------------------|
| Группа   | Б-1 -«Подсолнухи»   |                              |
| Утренний прием детей, осмотр Игровая самостоятельная деятельность, общение. Работа с родителями,<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>             | 25 мин<br><i>*15 мин</i>  | 7.30 – 7.55                  |
| Подготовка к утренней гимнастике<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>   | <i>*10 мин.</i>   | 7.55 - 8.05                  |
| Утренняя гимнастика<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>  | 5 мин<br><i>15 мин*</i>   | 8.05 – 8.10<br>8.10 – 8.25   |
| Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры, дежурство  |   |                              |
| Завтрак<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>  | 20 мин<br><i>15 мин*</i>  | 8.25 – 8.45<br>8.45 – 9.00   |
| Подготовка к организованной образовательной деятельности   |   |                              |
| Непрерывно образовательная деятельность  | 30 мин<br>10 мин. перерыв   | 9.00 – 9.15<br>9.25 – 9.40   |
| Подготовка ко II завтраку  | 5 мин   | 9.40 – 9.45                  |
| Пзавтрак.  | 10 мин  | 9.45-9.55                    |
| Подготовка к прогулке. Выход на прогулку по подгруппам.<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>  | <i>*15 мин</i>  | 9.55-10.10                   |
| Прогулка (наблюдение, труд, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, индивидуальная работа с детьми)<br><i>*Самостоятельная деятельность</i> | <b>1ч20мин.</b><br><i>*35мин.</i>                                     | 10.10 – 11.30                |
| Возвращение с прогулки.<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>  | 15 мин<br><i>15 мин*</i>  | 11.30-11.45<br>11.45 – 12.00 |
| Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры Дежурство  |   |                              |
| Обед   | 20 мин  | 12.00-12.20                  |
| Подготовка ко сну  | <i>10 мин *</i>   | 12.20 – 12.30                |
| Дневной сон  | 2 ч 30 мин  | 12.30 – 15.00                |
| Постепенный подъём детей<br>Гимнастика после дневного сна.   | 5 мин   | 15.00 – 15.05                |
| Культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, причёсывание), самостоятельная деятельность  | <i>20мин*</i>   | 15.05-15.25                  |
| НОД деятельность, досуги, развлечения, чтение художественной литературы (ежедневно)  | 15 мин.   | 15.25-15.40                  |
| Подготовка к полднику  | 5 -10мин.   | 15.40-15.45                  |
| Полдник.   | 10-15 -мин  | 15.45-15.55                  |
| Игровая деятельность индивидуальная работа<br>Подготовка к прогулке.   | 25 мин.   | 15.55-16.20                  |
| Вечерняя прогулка.<br>Беседы с родителями.<br><i>*Самостоятельная деятельность</i>   | <b>1ч40 мин.</b><br><i>35мин*</i>                                     | 16.20-18.00                  |
| Уход домой   | 18.00   |                              |

Воспитатель:

Воспитатель: