

**Режим дня на холодный период  
1 группа раннего возраста  
МБДОУ «Детский сад №65»  
2019/20 учебный год**

| №<br>п\п | Режимные моменты                                                                                                                         | Первая группа<br>раннего возраста                 |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1.       | <i>Дома:</i> подъем, утренний туалет Прогулка по дороге в детский сад                                                                    | 6.30-7.30                                         |
| 2        | <i>В детском саду:</i><br>Приём, осмотр, самостоятельная деятельность,<br>индивидуальная и групповая работа с детьми, дежурства          | 6.00-8.00<br>(2ч.)                                |
| 3        | Утренняя гимнастика                                                                                                                      | —                                                 |
| 4        | Подготовка к завтраку, 1 завтрак                                                                                                         | 08.00-8.30 (0,30)                                 |
| 5        | Организованная образовательная деятельность (занятия)<br>-1<br>-2                                                                        | 1п 8.35-8.44(0,9)<br>2п 8.55-9.04(0,9)            |
| 6        | Подготовка к завтраку, 2 завтрак                                                                                                         | 9.10-9.25(0,15)                                   |
| 7        | Подготовка к прогулке                                                                                                                    | 9.25-9.45                                         |
| 8        | Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, физическая культура на воздухе</i> )<br>( <i>продолжительность</i> ) | 9.45-11.10<br>(1ч.30м)                            |
| 8        | Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры                                                                                          | 11.10-11.30                                       |
| 9        | Обед                                                                                                                                     | 11.30-12.00(0,30)                                 |
| 10       | Дневной сон                                                                                                                              | 12.00-15.00<br>(3ч)                               |
| 11       | Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные, гигиенические процедуры                                                             | 15.00-15.15                                       |
| 12       | Полдник                                                                                                                                  | 15.15-15.30(0,15)                                 |
| 13       | Организованная образовательная деятельность в группах(занятия)                                                                           | 1п.15.35-15.44(0,9)<br>2п.15.50-15.59(0,9)        |
| 14       | Игры, труд, самостоятельная деятельность                                                                                                 | 16.00-16.30                                       |
| 15       | Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность) (продолжительность)                                                      | 16.30-18.00<br>(1ч.30м)                           |
| 16       | <i>Дома:</i><br>Прогулка<br>Подготовка к ужину, ужин<br>Спокойные игры<br>Гигиенические процедуры<br>Ночной сон                          | до 18.30<br>18.45<br>19.05<br>20.00<br>20.30-6.30 |