

Приложение № 10 «Гибкий режим дня в возрастных группах»

**Гибкий режим дня для детей дошкольного возраста в холодный период года
(сентябрь-май)**

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, игры самостоятельная деят-ть.	07.00-08.00	07.00-07.55	07.00-08.30	07.00-08.30	07.00-08.45
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	07.45-07.55	07.55-08.05	8.05-8.15	08.15-08.25
Подготовка к 1 завтраку	08.05-08.15	07.55-08.15	08.05-08.20	8.15-8.25	08.25-08.30
Завтрак	08.15-08.40	08.15-08.30	08.20-08.35	8.25-8.40	08.30-08.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	08.40-09.00	08.30-09.00	08.35-09.00	8.40-09.00	08.45-9.00
НОД (В подготовительной группе в пятницу третье занятие физкультура на воздухе 12.00-12.30). (В понедельник в старшей группе второе занятие физкультура на воздухе 12.00-12.30).	1 подгруппа 09.00-09.10 2 подгруппа 09.10-09.20	09.00-09.15 09.25-09.40	09.00-09.20 09.30-09.50	09.00-09.20 09.30-09.55	1. 09.00-09.30 2. 09.40-10.10 3. 10.20-10.50
Самостоятельная деятельность, игра	2 подгруппа 09.00-09.10 1 подгруппа 09.10-09.20	09.15-09.25	09.20-09.30	09.20-09.30	09.30-09.40 10.10-10.20
Второй завтрак	09.20-09.35	09.40-09.50	09.50-09.55	09.20-09.25	10.10-10.05
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке.	09.35-10.00	09.50-10.40	09.55-10.20	09.25-10.30	10.50-11.00
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность (Физкультура на улице)	10.00-11.00 1 час	10.40-11.40 1 час	10.20-12.00 1ч.40	10.30-12.30 2ч. 12.00-12.30 в понедельник	11.00-12.30 1ч.30 12.00-12.30 в пятницу
Возвращение с прогулки	11.00-11.10	11.40-11.50	12.00-12.15	12.35-12.40	12.30-12.35
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.10-11.30	11.50-12.00	12.15-12.25	12.40-12.45	12.35-12.40
Обед	11.30-11.50	12.00-12.20	12.25-12.50	12.45-12.55	12.40-12.55
Подготовка ко сну	11.50-12.00	12.20-12.30	12.50-13.00	12.55-13.00	12.55-13.00
Дневной сон	12.00-15.00 3 ч.	12.30-15.00 2ч.30	13.00-15.00 2ч	13.00-15.00 2ч	13.00-15.00 2ч
Подъём, гимнастика, закаливание, подготовка к полднику	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.45	15.20-15.35
НОД	1 подгруппа 15.40-15.50 2 подгруппа 15.50-16.00			15.45-16.10	15.35-16.05 во вторник, четверг
Игры, самостоятельная деятельность	2 подгруппа 15.40-15.50 1 подгруппа 15.50-16.00	15.35-16.25	15.35-16.25	16.10-16.25	16.05-16.20
Подготовка к ужину, самостоятельная деятельность	16.00-16.30	16.25-16.30	16.25-16.30	16.25-16.30	16.20-16.35
Ужин	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.35-16.45

Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.40	16.45-18.00	16.45-17.30
Прогулка	17.00-19.00 2ч	17.00-19.00 2ч	17.40-19.00 1ч.20	18.00-19.00 1ч.	17.30-19.00 1ч.30

Гибкий режим дня для детей дошкольного возраста в тёплый период года (июнь, август)

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, игры, самостоятельная деятельность на улице	07.00-08.00	07.00-07.55	07.00-08.30	07.00-08.30	07.00-08.45
Утренняя гимнастика на улице	08.00-08.05	07.45-07.55	07.55-08.05	8.05-8.15	08.15-08.25
Возвращение с улицы, подготовка к 1 завтраку	08.05-08.15	07.55-08.15	08.05-08.20	8.15-8.25	08.25-08.30
Завтрак	08.15-08.40	08.15-08.30	08.20-08.35	8.25-8.40	08.30-08.45
Самостоятельная деятельность, игра, подготовка к прогулке	08.40-09.15	08.30-09.30	08.35-09.15	8.40-09.15	08.45-9.15
Прогулка, игра, самостоятельная деятельность, совместная с воспитателем образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла	09.15-11.00 1ч45	09.30-11.30 2ч	09.15-12.00 2ч.45	09.15-12.30 3ч.15	09.15-12.30 3ч.15
Второй завтрак	09.50-10.00	09.50-10.00	09.50-10.00	09.50-10.00	09.50-10.00
Возвращение с прогулки	11.00-11.10	11.30-11.35	12.00-12.15	12.30-12.40	12.30-12.35
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.10-11.30	11.35-12.00	12.15-12.25	12.40-12.45	12.35-12.40
Обед	11.30-11.50	12.00-12.20	12.25-12.50	12.45-12.55	12.40-12.55
Подготовка ко сну	11.50-12.00	12.20-12.30	12.50-13.00	12.55-13.00	12.55-13.00
Дневной сон	12.00-15.00 3 ч.	12.30-15.00 2ч.30	13.00-15.00 2ч	13.00-15.00 2ч	13.00-15.00 2ч
Подъём, гимнастика, закаливание, подготовка к полднику	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.45	15.20-15.35
Игры, самостоятельная деятельность, совместная с воспитателем образовательная деятельность.	15.40-16.20	15.35-16.25	15.35-16.25	16.10-16.25	16.05-16.20
Подготовка к ужину, самостоятельная деятельность	16.20-16.30	16.25-16.30	16.25-16.30	16.25-16.30	16.20-16.35
Ужин	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.30-16.45	16.35-16.45
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.40	16.45-18.00	16.45-17.30
Прогулка	17.00-19.00 2ч	17.00-19.00 2ч	17.40-19.00 1ч.20	18.00-19.00 1ч.	17.30-19.00 1ч.30

Примерное расписание НОД

		<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
I группа	2 младшая группа	<u>09.00 – 09.15</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.45</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Ознакомление с окружающим миром)	<u>09.00 – 09.15</u> МУЗЫКА <u>09.30 – 09.45</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие связанной речи - логопедическое)	<u>09.00 – 09.15</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.45</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование)	<u>09.00 – 09.15</u> МУЗЫКА <u>09.30 – 09.45</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений)	<u>09.00 – 09.15</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.45</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Лепка / Аппликация)
	Средняя группа	<u>09.00 – 09.20</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.50</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Ознакомление с окружающим миром)	<u>09.00 – 09.20</u> МУЗЫКА <u>09.30 – 09.50</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений)	<u>09.00 – 09.20</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.50</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование)	<u>09.00 – 09.20</u> МУЗЫКА <u>09.30 – 09.50</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие связанной речи - логопедическое)	<u>09.00 – 09.20</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА <u>09.30 – 09.50</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Лепка / Аппликация)
II группа	Средняя группа	<u>09.00 – 09.20</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Ознакомление с окружающим миром) <u>09.30 – 09.50</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.20</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие связанной речи - логопедическое) <u>09.35 – 09.55</u> МУЗЫКА	<u>09.00 – 09.20</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений) <u>09.30 – 09.50</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.20</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование) <u>09.30 – 09.50</u> МУЗЫКА	<u>09.00 – 09.20</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Лепка / Аппликация) <u>09.30 – 09.50</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
	Старшая группа	<u>09.00 – 09.25</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Ознакомление с окружающим миром) <u>16.10 – 16.35</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.25</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений) <u>09.35 – 09.55</u> МУЗЫКА <u>15.30 – 15.55</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование/Конструирование)	<u>09.00 – 09.25</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие звукопроизношения - логопедическое) <u>16.10 – 16.35</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.20</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование) <u>09.30 – 09.55</u> МУЗЫКА	<u>09.00 – 09.20</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие связной речи - логопедическое) <u>10.10 – 10.35</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (на воздухе) <u>16.10 – 16.35</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Лепка / Аппликация)
III группа	Подготов. к школе группа	<u>09.00 – 09.30</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие звукопроизношения - логопедическое) <u>09.40 – 10.10</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Ознакомление с окружающим миром) <u>15.30 – 16.00</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.30</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений) <u>09.40 – 10.10</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование) <u>10.20 – 10.50</u> МУЗЫКА	<u>09.00 – 09.30</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Подготовка к обучению грамоте - логопедическое) <u>09.40 – 10.10</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Конструирование) <u>15.30 – 16.00</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<u>09.00 – 09.30</u> ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ (Формирование элементарных математических представлений) <u>09.40 – 10.10</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Лепка / Аппликация) <u>10.20 – 10.50</u> МУЗЫКА	<u>09.00 – 09.30</u> РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ (Развитие связной речи - логопедическое) <u>09.40 – 10.10</u> ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ (Рисование) <u>10.40 – 11.10</u> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (на воздухе)

