**Примерные режимы дня в дошкольных группах**

**(3 – 7 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| Виды деятельности | Время в режиме дня |
| 3 – 4 года | 4 – 5 лет | 5 – 6 лет | 6 – 7 лет |
| **Приём детей** (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков) – уклад ДОУ | **7.00 – 8.00** | **7.00 – 8.10** | **7.00 – 8.10** | **7.00 – 8.00** |
| **Утренняя гимнастика** | **8:00-8:10** | **8:00-8:10** |  **8:00-8:10** | **8:00-8:10** |
| **Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах развития; подготовка к занятиям (дежурство) -** уклад ДОУ | **8:10-8:20** | **8:10-8:20** |  **8:10-8:25** | **8:10-8:25** |
| **Подготовка к завтраку** (поручения; дежурство)**Завтрак** (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно – гигиенические навыки; культура приёма пищи)- уклад ДОУ | **8.20 – 8.50** | **8.20 – 8.50** | **8.25 – 8.45** | **8.25 – 8.45** |
| **Утренний круг** | **8:50-9.00** | **8:50-9.00** | **8:45-9:00** | **8:45-9:00** |
| **Занятия:****-основная программа** | **1. 9.00 – 9.15****2. 9.25 – 9.40** | **1. 9.00 – 9.20****2. 9.30– 9.50** | **1. 9:00 – 9.25****2. 9.35 – 10.00** | **1. 9:00– 9.30****2. 9.40 – 10.10****3. 10.20 – 10.50** |
| **2-й завтрак** | **10:00-10:10** | **10:10-10:20** | **10:00-10:10** | **10:10-10:20** |
| **Игры со взрослыми, самостоятельная деятельность детей в центрах развития, совместная деятельность со взрослыми –** уклад ДОУ или **дополнительное образование** (бесплатное) | **9:40-10:10** | **9:50-10:10** | **10.10 – 10.40** | **10.50 – 11.00** |
| **Подготовка к прогулке****Прогулка** (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе) - уклад ДОУ | **10.20-11.50** | **10.20-12.00** | **10.40-12.10** | **11.00-12.30** |
| **Возвращение с прогулки** (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)- уклад ДОУ | **11.50-12.00** | **12.00-12.10** | **12.10-12.20** | **12.30 – 12.40** |
| **Подготовка к обеду** (поручения; дежурство)**Обед** (формирование культурно-гигиенических навыков, культурно – гигиенические навыки; культура приёма пищи)-уклад ДОУ | **12.00 - 12.30** | **12.10 - 12.40** | **12.20-12.45** | **12.40-13.05** |
| **Подготовка ко сну** (чтение перед сном)**Сон** (дневной отдых) | **12.30 – 15.20** | **12.40 - 15.10** | **12.45 – 15.15** | **13.05 – 15.15** |
| **Постепенный подъём** (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры) – уклад ДОУ | **15.20 – 15.40** | **15.10 – 15.30** | **15.15 – 15.30** | **15.15 – 15.40** |
| **Подготовка к полднику** (поручения, дежурство)**Уплотнённый полдник** (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи) - уклад ДОУ | **15.40 -16.10** | **15.30 -16.00** | **15.30 -15.55** | **15.40 -16.00** |
| **Занятия** (основная программа)**Самостоятельная игровая деятельность в центрах развития** (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения **; ситуативные беседы; творческая деятельность** (развитие общения, формирование личности ребенка) – уклад ДОУ **или Дополнительная платная образовательная деятельность** | **16.10 -17.00** | **16.00 -17.00** | **15:55 – 16:20****16.20 -17.00** | **16.00 -17.00** |
| **Вечерний круг** | **17.00 -17.10** | **17.00 -17.10** | **17.00 -17.10** | **17.00 -17.10** |
| **Подготовка к прогулке****Прогулка** (общение с родителями) – уклад. **Уход детей домой** | **17.10 -19.00** | **17.10 -19.00** | **17.10 -19.00** | **17.10 -19.00** |
| ***Итого:*** | **12 часов** | **12 часов** | **12 часов** | **12 часов** |