**Режим дня   
воспитанников МДОУ д/с «Спутник» г. Балашова**

**с 10,5-часовым пребыванием**

**холодный период года**

| **Режимные процессы /характер деятельности** | **6-7 лет** | **4–5 лет** | **3–4 года** | **1,5-2 года** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием воспитанников, утренний фильтр, индивидуальная работа. Свободная деятельность. | 07:30–08.00 | 07:30–08.00 | 07:30–08.00 | 07:30–08.00 |
| Утренняя гимнастика | 08.00-08.10 | 08.00-08.10 | 08.00-08.10 | 08.00-08.10 |
| Совместная деятельность педагога с детьми. Двигательные игры малой подвижности.  Гигиенические процедуры, самообслуживание. | 08:10–08:20 | 08:10–08:20 | - | - |
| Подготовка к приему пищи.  Прием пищи. Завтрак. | 08:20–08:35 | 08:20–08:40 | 08:10–08.40 | 08:10–08:40 |
| Утренний круг.  Свободная деятельность. | 08:35–09:00 | 08:40–09:00 | 08.40-09.00 | 08.40-09.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 09:00–10:50 | 09:00–09:50 | 09:00–09:40 | 09:00–09:30 |
| Занятие № 1 | 09:00–09:30 | 09:00–09:20 | 09:00–09:15 | 09:00–09:10 |
| Перерыв. Подвижные игры малой и средней подвижности | 09:30–09:40 | 09:20–09:30 | 09:15–09:25 | 09:10–09:20 |
| Занятие № 2 | 09:40–10:10 | 09:30–09:50 | 09.25-09.40 | 9.20-9.30 |
| Перерыв между занятиями, подвижные игры малой подвижности | 10:10–10:20 | 09.50-10.00 |  | - |
| Занятие № 3 | 10:20–10:50 | - | - | - |
| Подготовка к приему пищи.  Прием пищи. Второй завтрак. | 10:10–10:20 | 10.00–10:15 | 09:50–10:10 | 9.30-9.55 |
| Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке | 10:50–11:00 | 10:15–10:40 | 10:10–10:35 | 09:55–10:20 |
| Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры средней и высокой подвижности) | 11:00–12:00 | 10:40– 11:50 | 10:35– 11:40 | 10:20– 11:00 |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание | 12:00–12:15 | 11:50–12:05 | 11:40–12:00 | 11:00–11:20 |
| Подготовка к приему пищи.  Прием пищи. Обед. | 12:15–12:35 | 12:05–12:40 | 12:00–12:30 | 11:20–12:00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12:35–15:05 | 12:40–15:10 | 12:30–15:00 | 12.00–15:00 |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика.  Игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА. | 15:05–15:30 | 15:10–15:30 | 15:00–15:30 | 15:00–15:30 |
| Подготовка к приему пищи,  прием пищи № 4 (полдник) | 15:30–15:45 | 15:30–15.50 | 15:30-15:50 | 15:30–15:50 |
| Самостоятельные игры детей | 15:45–16:15 | 15:50-16:10 | 15:50-16:20 | 15.50-16:20 |
| Организованная образовательная деятельность | - | - | - | - |
| Занятие № 3 | - | – | – | - |
| Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, игры средней и высокой подвижности. Самостоятельная игровая деятельность) | 16:25–17:25 | 16:10-17:05 | 16:20-17:10 | 16:20-17:10 |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание | 17:25–17:40 | 17:05–17:20 | 17:10–17:30 | 17:10-17:30 |
| Вечерний круг | 17:40–18:00 | 17:20-17:35 | 17:30-17:45 | - |
| Совместная и самостоятельная игровая деятельность | - | 17:35-18:00 | 17:45 – 18:00 | 17:30-18:00 |