

**Гибкий режим дня
Младшая группа (3-4 года)
(холодный период года)**

Виды деятельности (согласно укладу ДО)	Время в режиме дня	Длительность
Приём детей (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание обогащать представления детей о малой родине и поддерживать их отражения в различных видах деятельности; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	07.00 - 07.55	55 мин
Утренняя гимнастика	07.55 - 8.05	10 мин.
Подготовка к завтраку (поручения; дежурство)	8.05 – 8.35	(10 мин.)
Завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приема пищи)		20 мин.
Утренний круг – развивающее общение (пространство детской реализации: поддержка и развитие детской инициативы, помощь в осознании и формулировке идеи, реализации замыслов)	8.35 – 08.55	20 мин.
Занятия: -основная программа -дополнительная (платная) образовательная деятельность	08.55 - 09.00 09.00 – 09.15 09.25 – 09.40	подготовка к занятию 5 мин 15 мин перерыв 10 мин. 15 мин.
Игры; самостоятельная и совместная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения, экологическое, трудовое воспитание, этико - эстетическое воспитание)	09.40-10.00	20 мин
2-й завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке		(10 мин)
Прогулка (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; активный отдых, подвижные игры, целевые экскурсии по территории дошкольного отделения; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе обогащать представления детей о малой родине и природе родного края)	10.10 – 12.00	1 час 40 мин
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание), игры, занятия	12.00 – 12.10	10 мин.
Подготовка к обеду (поручения, дежурство)		(10 мин.)
Обед (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	12.10 – 12.40	20 мин.
Подготовка ко сну. Сон (дневной отдых)	12.40 – 15.10	2 часа 30 мин.
Постепенный подъём (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры)	15.10 – 15.30	20 мин.
Дополнительная образовательная деятельность	15.30 – 15.45	15 мин.
Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность (развитие общения, ознакомление и приобщение к художественной литературе формирование личности ребенка)	15.45 - 16.00	15 мин.
Подготовка к полднику (поручения, дежурство)		(5 мин.)
Уплотнённый полдник (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	16.00 – 16.25	20 мин.
Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения)	16.25 – 17.00	35 мин.
Вечерний круг – рефлексия (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	17.00-17.10	10 мин.
Подготовка к прогулке		(10 мин.)
Прогулка (активный отдых, общение с родителями). Уход детей домой	17.10 – 19.00	1 час 40 мин.
Итого:	12 часов	12 часов

Общий подсчёт времени

<i>Режимные моменты</i>	<i>Длительность</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа 20 мин.</i>
<i>Развивающее общение (утренний и вечерний круги)</i>	<i>30 мин</i>
<i>Занятия (основная программа; дополнительная образовательная деятельность)</i>	<i>30 мин</i>
<i>Игры; самостоятельная деятельность; ситуативные беседы; воспитание культурно-гигиенических навыков; подготовка к режимным моментам; двигательная активность; профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; культура приема пищи; формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание.</i>	<i>5 часов 10 мин</i>
<i>Сон (дневной отдых)</i>	<i>2 часа 30 мин.</i>
Итого:	12 часов

Гибкий режим дня
Средняя группа (4-5 лет)
(холодный период года)

Виды деятельности (согласно укладу ДО)	Время в режиме дня	Длительность
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 развитие позитивного отношения и чувство принадлежности детей к семье, уважение к родителям (законным представителям), педагогам и окружающим людям)	7.00 - 8.00	1 час
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	(10 мин.)
Подготовка к завтраку (поручения; дежурство)	8.10 – 8.40	(10 мин)
Завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приема пищи)		20 мин.
Утренний круг – развивающее общение (пространство детской реализации: поддержка и развитие детской инициативы, помощь в осознании и формулировке идеи, реализации замыслов)	8.40 – 9.00	20 мин.
Занятия: -основная программа	9.00 – 09.20	20 мин перерыв 10 мин.
-дополнительная (платная) образовательная деятельность	9.30 – 09.50	20 мин.
Игры; самостоятельная и совместная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения, экологическое, трудовое воспитание, этико - эстетическое воспитание), свободная инициативная деятельность детей	09.50 - 10.10	20 мин.
2-й завтрак	10.10 – 10.20	10 мин.
Подготовка к прогулке		(10 мин)
Прогулка (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; активный отдых; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе)	10.20 – 12.10	1 час 40 мин
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	12.10 – 12.20	10 мин.
Подготовка к обеду (поручения, дежурство)		(10 мин.)
Обед (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приёма пищи)	12.20 – 12.50	20 мин.
Подготовка ко сну. Сон (дневной отдых)	12.50 – 15.20	2 часа 30 мин.
Постепенный подъём (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры)	15.20 – 15.30	10 мин.
Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность (ознакомление и приобщение к художественной культуре, развитие общения, формирование личности ребенка)	15.30 – 16.10	40 мин.
Подготовка к полднику (поручения, дежурство)		
Уплотнённый полдник (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	16.10 – 16.30	20 мин.
Дополнительная образовательная деятельность	16.30 – 16.50	20 мин.
Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения)	16.50 - 17.00	10 мин.
Вечерний круг – рефлексия (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	17.00-17.10	10 мин.
Подготовка к прогулке		(10 мин.)
Прогулка (общение с родителями). Уход детей домой	17.10 – 19.00	1 час 40 мин.
Итого:	12 часов	12 часов

Общий подсчёт времени

<i>Режимные моменты</i>	<i>Длительность</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа 20 мин.</i>
<i>Развивающее общение (утренний и вечерний круги)</i>	<i>30 мин</i>
<i>Занятия (основная программа; дополнительная образовательная деятельность)</i>	<i>40 минут</i>
<i>Игры; самостоятельная деятельность; ситуативные беседы; воспитание культурно-гигиенических навыков; подготовка к режимным моментам; двигательная активность; профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; культура приема пищи; формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание.</i>	<i>5 часов</i>
<i>Сон (дневной отдых)</i>	<i>2 часа 30 мин.</i>
Итого:	12 часов

**Гибкий режим дня
Старшая группа (5-6 лет)
(холодный период года)**

Виды деятельности (согласно укладу ДО)	Время в режиме дня	Длительность
Приём детей (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование представлений об основных источниках и видах опасности в быту, на улице, в природе, в информационно – коммуникационной сети «Интернет» и способах безопасного поведения; о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	7.00 - 8.00	1 час
Утренняя гимнастика (развивать умения осознанно, технично, активно выполнять упражнения основной гимнастики)	8.00 - 8.10	10 мин.
Подготовка к завтраку (поручения; дежурство) Завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приема пищи)	8.10 – 8.30	(5 мин) 15 мин.
Утренний круг – развивающее общение (пространство детской реализации: поддержка и развитие детской инициативы, помощь в осознании и формулировке идеи, реализации замыслов) ознакомление и приобщение к художественной литературе	8.30 – 8.50	20 мин.
Занятия: -основная программа -дополнительная (платная) образовательная деятельность	8.50 - 08.55 08.55 – 09.20 09.30 - 09.55	подготовка к занятию по 5 мин 25 мин перерыв 10 мин. 25 мин.
Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность (развитие общения, формирование личности ребенка)	09.55 - 10.30	35 мин.
2-й завтрак	10.30 – 10.40	10 мин.
Подготовка к прогулке Прогулка (воспитание патриотизма, нравственно – волевых качеств гражданской идентичности в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха, развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе)	10.40 – 12.15	(10 мин) 1 час 45 мин
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	12.15 – 12.25	10 мин.
Подготовка к обеду (поручения, дежурство) Обед (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	12.25 – 12.50	(5 мин.) 20 мин.
Подготовка ко сну. Сон (дневной отдых)	12.50 – 15.20	2 часа 30 мин.
Постепенный подъём (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры)	15.20 – 15.30	10 мин.
Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; ознакомление и приобщение к художественной литературе, творческая деятельность (развитие общения, формирование личности ребенка)	15.30 – 15.50	20 мин.
Занятия по основной программе Дополнительная образовательная деятельность	15.50 - 16.15	25 мин.
Подготовка к полднику (поручения, дежурство) Уплотнённый полдник (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	16.15 – 16.40	(5 мин.) 20 мин.
Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения)	16.40 – 17.00	20 мин.
Вечерний круг – рефлексия (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	17.00-17.10	10 мин.
Подготовка к прогулке Прогулка (активный отдых, общение с родителями). Уход детей домой	17.10 – 19.00	(10 мин.) 1 час 40 мин.
Итого:	12 часов	12 часов

Общий подсчёт времени

Режимные моменты	Длительность
Прогулка	3 часа 25 мин.
Развивающее общение (утренний и вечерний круги)	30 мин
Занятия (основная программа; дополнительная платная образовательная деятельность)	1 час 15 минут
Игры; самостоятельная деятельность; ситуативные беседы; воспитание культурно-гигиенических навыков; подготовка к режимным моментам; двигательная активность; профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; культура приема пищи; формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание.	4 часа 20 мин.
Сон (дневной отдых)	2 часа 30 мин.
Итого:	12 часов

Гибкий режим дня
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
(холодный период года)

Виды деятельности (согласно укладу ДО)	Время в режиме дня	Длительность
Приём детей (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; поддержка положительной самооценки ребёнка, уверенности в себе, осознание роста своих достижений, чувства собственного достоинства, стремления стать школьником; обогащать опыт применения разнообразных способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками; развитие начал социально-значимой активности формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков)	7.00 - 8.00	1 час
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.10	10 мин.
Подготовка к завтраку (поручения; дежурство)	8.10 - 8.30	(5 мин)
Завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков; культура приема пищи)		15 мин.
Утренний круг – развивающее общение (формирования основ гражданственности и патриотизма, пространство детской реализации: поддержка и развитие детской инициативы, помощь в осознании и формулировке идеи, реализации замыслов), ознакомление и приобщение к художественной литературе	8.30 – 8.50	20 мин.
Занятия: Дежурство (подготовка к занятию) -основная программа -дополнительная (платная) образовательная деятельность	8.50 – 08.55 08.55 - 09.25 09.35 - 10.05	подготовка к занятию по 5 мин 30 мин перерыв 10 мин. 30 мин
Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность (развитие общения, формирование личности ребенка)	10.05 - 10.30	25 мин.
2-й завтрак	10.30 – 10.40	10 мин.
Подготовка к прогулке Прогулка (воспитание патриотизма, нравственно – волевых качеств и гражданской идентичности в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе)	10.40 – 12.20	(10 мин) 1 час 30 мин
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание)	12.20 – 12.30	10 мин.
Подготовка к обеду (поручения, дежурство) Обед (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	12.30 – 12.55	(5 мин.) 20 мин.
Подготовка ко сну. Сон (дневной отдых)	12.55 – 15.25	2 часа 30 мин.
Постепенный подъём (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры)	15.25 – 15.30	5 мин.
Самостоятельная игровая деятельность, ознакомление и приобщение к художественной литературе, ситуативные беседы; творческая деятельность (развитие общения, формирование личности ребенка)	15.30 – 15.50	20 мин.
Занятия по основной программе Дополнительная образовательная деятельность	15.50 - 16.20	30 мин
Подготовка к полднику (поручения, дежурство) Уплотнённый полдник (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)	16.20 – 16.40	(5 мин.) 15 мин.
Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения)	16.40 – 17.00	20 мин.
Вечерний круг – рефлексия (обсуждение результатов детского труда и творчества, условий для представления (презентации) своих достижений социальному окружению; помощь в осознании пользы, признании значимости полученного результата для окружающих)	17.00 - 17.10	10 мин.
Подготовка к прогулке Прогулка (активный отдых, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта, общение с родителями). Уход детей домой	17.10 – 19.00	(10 мин.) 1 час 40 мин.
Итого:	12 часов	12 часов

Общий подсчёт времени

<i>Режимные моменты</i>	<i>Длительность</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа 10 мин.</i>
<i>Развивающее общение (утренний и вечерний круги)</i>	<i>30 мин</i>
<i>Занятия (основная программа; дополнительная платная образовательная деятельность)</i>	<i>1 час 30 минут</i>
<i>Игры; самостоятельная деятельность; ситуативные беседы; воспитание культурно-гигиенических навыков; подготовка к режимным моментам; двигательная активность; профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; культура приема пищи; формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание.</i>	<i>4 часа 20 мин.</i>
<i>Сон (дневной отдых)</i>	<i>2 часа 30 мин.</i>
Итого:	12 часов