

ВЫПИСКА ИЗ УЧЕБНОГО ПЛАНА

РЕЖИМ ДНЯ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА (С 1,5 ДО 3 ЛЕТ)  
ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (С 01 СЕНТЯБРЯ ПО 31 МАЯ)

Время	Длительность	Содержание деятельности	Характер деятельности
7.00-8.15	30 мин. 45 мин.	Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми Совместная ОД, самостоятельная деятельность (15 мин.)	Взаимодействие с семьями, СОД в РМ, СД СОД в РМ
8.15-8.30	10 мин. 5 мин.	Утренняя гимнастика Гигиенические процедуры	СОД в РМ
8.30-9.00	30 мин.	Подготовка к завтраку, завтрак	НОД, СОД в РМ
9.00-9.10 9.20-9.30	НОД -20 мин. (2x10 мин.)	Подготовка к образовательной деятельности. Непрерывная образовательная деятельность (далее НОД)	СОД в РМ, СД
09.30-09.40	10 мин.	Игры с воспитателем, самостоятельная деятельность (СД -10 мин.)	СОД в РМ
9.40-10.10	30 мин.	Второй завтрак	СОД в РМ, СД
10.10-11.00	50 мин.	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдения, трудовая деятельность, игровая деятельность, самостоятельная деятельность (20 мин.), возвращение с прогулки.	СОД в РМ
11.00-12.00	60 мин. (1 ч.)	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду, обед	СОД в РМ
12.00-15.00	180 мин. (3 ч.)	Подготовка ко сну. Дневной сон	СОД в РМ
15.00-15.30	30 мин.	Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры	СОД в РМ
15.30-16.00	30 мин.	Подготовка к полднику, полдник	СОД в РМ, СД СОД в РМ, СД
16.00-16.40	40 мин.	Часть ОП, формируемая участниками образовательных отношений Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности, игры, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность детей (10 мин.)	Взаимодействие с семьями
16.40-19.00	140 мин. (2ч. 20 мин)	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдение, подвижные игры, экспериментирование, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность (30 мин.), взаимодействие с семьями (30 мин), уход детей домой	
ИТОГО	20 мин.	НОД - непрерывная образовательная деятельность	
	435 мин. (7ч. 15 мин.)	СОД в РМ - совместная организованная деятельность в режимных моментах	
	85 мин. (1 ч. 25 мин.)	СД - самостоятельная деятельность	
	180 мин. (3 ч.10 мин.)	Прогулка	
	180 мин. (3 ч. 00 мин.)	Дневной сон	

**РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНОЙ ГРУППЫ (С 3 ДО 5 ЛЕТ)**  
**ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (С 01 СЕНТЯБРЯ ПО 31 МАЯ)**

Время	Длительность	Содержание деятельности	Характер деятельности
7.00-8.10	70 мин.	Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми Совместная ОД, самостоятельная деятельность (35 мин.)	Взаимодействие с семьями, СОД, СД СОД в РМ
8.10-8.30	10 мин. 10 мин.	Утренняя гимнастика (в группе) Гигиенические процедуры	СОД в РМ, СД
8.30-9.00	30 мин.	Подготовка к завтраку, завтрак	НОД, СОД в РМ СД
9.00-10.00	60 мин. (1 час.) НОД -30 мин. (2x15 мин.)	Подготовка к образовательной деятельности. Непрерывная образовательная деятельность (далее НОД) Игры с воспитателем, самостоятельная деятельность (СД -20 мин.)	СОД в РМ
10.00-10.30	30 мин.	Второй завтрак	СОД в РМ, СД
10.30-11.30	60 мин. (1 ч.)	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдения, трудовая деятельность, игровая деятельность, самостоятельная деятельность (20 мин.), возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	СОД в РМ, СД СОД в РМ
11.30-12.30	60 мин. (1 ч.)	Подготовка к обеду, обед	СОД в РМ, СД СОД в РМ, СД
12.30-15.30	180 мин. (3 ч.)	Подготовка ко сну, самообслуживание. Дневной сон. Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры	СОД в РМ, СД
15.30-16.00	30 мин.	Подготовка к полднику, полдник	СОД в РМ, СД
16.00-16.40	40 мин.	Часть ОП, формируемая участниками образовательных отношений Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности, игры, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность детей (35 мин.)	
16.40-19.00	140 мин. (2ч. 20 мин.)	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдение, подвижные игры, экспериментирование, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность (50 мин.), взаимодействие с семьями (30 мин), уход детей домой	Взаимодействие с семьями
ИТОГО	30 мин.	НОД - непрерывная образовательная деятельность	
	390 мин. (6ч.30 мин.)	СОД в РМ - совместная организованная деятельность в режимных моментах	
	180 мин. (3 ч. 00 мин.)	СД - самостоятельная деятельность	
	200 мин. (3ч. 20 мин.)	Прогулка	
	180 мин. (3ч.00 мин.)	Дневной сон	

**РЕЖИМ ДНЯ В ДОШКОЛЬНОЙ ГРУППЕ (С 5 ДО 7 ЛЕТ)  
ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (С 01 СЕНТЯБРЯ ПО 31 МАЯ)**

Время	Длительность	Содержание деятельности	Характер деятельности
7.00 - 8.00	60 мин.	Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя, самостоятельная деятельность (60 мин.)	Взаимодействие с семьями СОД в РМ, СД СОД в РМ
8.00 - 8.30	10 мин. 20 мин.	Утренняя гимнастика, Гигиенические процедуры	СД
8.30 - 9.00	30 мин.	Подготовка к завтраку, завтрак	НОД, СД
9.00-10.30	90 мин. (1ч.30 м.) НОД - 90 мин. (3x30 мин.)	Подготовка к образовательной деятельности. Непрерывная образовательная деятельность (далее НОД), игры (СД - 20 мин.)	СОД в РМ, СД
10.30-11.00	30 мин.	Второй завтрак	СОД в РМ, СД
11.00-12.00	60 мин. (1ч.)	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдения, трудовая и игровая деятельность, самостоятельная деятельность (50 мин.), возвращение с прогулки)	СОД в РМ, СД
12.00-13.00	60 мин. (1ч.)	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	СД
13.00-15.30	150 мин. (2ч. 30 мин.)	Подготовка ко сну, самообслуживание. Дневной сон. Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры	СД
15.30-16.00	30 мин.	Подготовка к полднику, полдник	СД
16.00-17.00	30 мин. 30 мин	Часть ОП, формируемая участниками образовательных отношений Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности, самостоятельная деятельность (20 мин.)	СОД СОД в РМ, СД
17.00-19.00	120 мин.(2ч.)	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание, наблюдение, подвижные игры, экспериментирование, продуктивная и самостоятельная деятельность (90 мин.), взаимодействие с семьями, уход детей домой	СОД в РМ, СД
ИТОГО	120 мин. (2 ч. 00 мин.)	НОД - непрерывная образовательная деятельность	
	310 мин. (5 ч.10 мин.)	СОД в РМ - совместная организованная деятельность в режимных моментах	
	220 мин.(3 ч. 40 мин.)	СД - самостоятельная деятельность	
	180 мин. (3 ч. 00 мин.)	Прогулка	
	150 мин. (2 ч. 30 мин.)	Дневной сон	