

**Режим дня на холодный период в
подготовительной к школе группе**

№	Режимные моменты	Время
1	Утренний прием детей, осмотр, игры, индивидуальная, групповая работа с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
2	Утренняя гимнастика длительность	8.00-8.15 (10-12мин.)
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.45
4	Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.45-9.00
5	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
6	Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.20
9	Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
10	Подготовка ко сну, сон	12.50 -15.20
11	Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна	15.20-15.30
12	Полдник	15.30-15.40
13	Самостоятельная игровая деятельность, культурные практики, занятия по интересам, индивидуальная работа	15.40 – 16.50
14	Подготовка к ужину. Ужин	16.50 – 17.10
15	Совместная и самостоятельная деятельность детей, игры. Прогулка Уход детей домой	17.20-19.00