



РЕЖИМ ДНЯ

в подготовительной группе на холодный период года (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей.	7.00-9.00	2 часа
Утренняя зарядка	8.15-8.25	10 мин
Подготовка к завтраку	8.25-8.30	5 мин
1-й завтрак	8.30-8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	10 мин
1 занятие	9.00-9.30	30 мин
Динамическая пауза	9.30-9.40	10 мин
2 занятие	9.40-10.10	30 мин
Динамическая пауза	10.20-10.30	10 мин
2-й завтрак	10.30-10.35	5 мин
3 занятие	10.35-11.05	30 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей	11.05-12.05	1 час
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.05-12.15	10мин
Обед	12.15-12.35	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.35-15.10	2 часа 35 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику,	15.10-15.30	20 мин
Полдник	15.30-15.45	15 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.45-16.10	25мин
Самостоятельная деятельность детей	16.10-16.30	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.30-19.00	2 часа 30 мин