

# Режим дня (холодный период)

## Подготовительная к школе группа

### Дома (рекомендуемый)

Подъём, утренний туалет.	06.30-07.30
--------------------------	-------------

### В дошкольном учреждении

Приём, осмотр, игры, дежурство детей.	07.00-08.20
---------------------------------------	-------------

Ежедневная утренняя гимнастика.	08.20-08.30
---------------------------------	-------------

Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.30-08.50
---------------------------------	-------------

Самостоятельная деятельность. Игры.	08.50-09.00
-------------------------------------	-------------

Специально организованная образовательная деятельность (занятия)*	09.00-10.30
---	-------------

Второй завтрак.	10.30-10.40
-----------------	-------------

Специально организованная образовательная деятельность (занятия)*	10.40-11.15
---	-------------

Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	11.15-12.15
--	-------------

Подготовка к обеду. Обед.	12.15-12.30
---------------------------	-------------

Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
---------------------------------	-------------

Постепенный подъём. Совместная деятельность.	15.00-15.25
--	-------------

Подготовка к полднику.	15.25-15.30
------------------------	-------------

Полдник.	15.30-16.00
----------	-------------

Чтение художественной литературы.	16.00-16.15
-----------------------------------	-------------

Совместная и самостоятельная деятельность. Игры.	16.15-17.00
--	-------------

Прогулка.	17.00-19.00
-----------	-------------

Уход детей домой.	19.00
-------------------	-------

### Дома (рекомендуемый)

Прогулка	19.00-20.15
----------	-------------

Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры.	20.15-20.45
---	-------------

Гигиенические процедуры, ночной сон.	20.45-06.30
--------------------------------------	-------------

\* Специально организованная образовательная деятельность проводится по расписанию, принятым на педагогическом совете. Свободное время между специально организованной деятельностью отводится самостоятельной игровой деятельности детей и индивидуальной работе.