



## Режим дня на холодный период года

### Подготовительная к школе группа

Время	Режимные моменты
7.00 - 8.30	Утренний прием, гимнастика, игры, общение
8.30 - 8.50	Подготовка к завтраку. Завтрак
8.50 - 9.00	Игры по выбору детей, подготовка ООД
9.00 - 10.10	Основная образовательная деятельность (общая длительность, включая время перерыва)
10.10 - 10.15	Второй завтрак
10.15 - 12.45	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
12.45 - 13.10	Подготовка к обеду, обед
13.10 - 15.30	Подготовка ко сну, дневной сон
15.30 - 15.45	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры
15.45 - 16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00 - 16.50	Игры, досуги, допобразование, ООД (образовательные ситуации), самостоятельная деятельность по интересам, общение
16.50 - 17.25	Подготовка к прогулке, прогулка
17.25 - 17.50	Подготовка к ужину, ужин
17.50 - 19.00	Игры. Уход детей домой