

РЕЖИМ ДНЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ
(возраст детей от 6 лет до 7 лет) холодный период

№ п/п	Мероприятия	Время исполнения
Дома		
1.	Подъем, утренний туалет.	6.30 – 7.30
В детском саду		
1.	Прием, осмотр, измерение температуры, игры.	7.00 – 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.12
3.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.12 – 8.40
	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	8.40- 9.00
5.	Занятие	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
6	2 завтрак	10.10-10.20
7	Подготовка к прогулке, прогулка	10.50- 12.15
8.	Подготовка к обеду	12. 15–12.30
9	Обед	12.30- 13.00
10	Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
11	Постепенный подъем.	15.00– 15.10
12	Гигиенические процедуры, элементы корректирующей гимнастики	15.10– 15.20
13	Подготовка к полднику	15.20– 15.25
14	Полдник	15.25-15.40
15	Игры, подготовка к занятию	15.40-16. 00
16	Занятие	16.00- 16.30
17	Время двигательной активности, игры, самостоятельная деятельность	17.10- 17.20
18	Подготовка к ужину	17.20 – 17.30
19	Ужин	17.30 – 17.45
20	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.45 – 19.00
Дома		
1.	Прогулка	19.00 – 20.15
2.	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры.	20.15 – 20.45
3.	Укладывание, ночной сон	20.45 – 6.30

