

## Режим дня в дошкольных группах

Содержание	3—4 года	4—5 лет	5—6 лет	6—7 лет
<b>Холодный период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45	8.20-8.45	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная детская деятельность, занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.35	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей)	10.00-12.00	10.00-12.10	10.35-12.25	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20	12.10-12.30	12.25-12.40	12.30- 12.45
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.30-13.00	12.40-13.00	12.45-13.00
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем детей, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30-16.30	15.30-16.40	15.30-16.45	15.30-16.50
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30— 17.00	16.40— 17.10	16.45— 17.15	16.50— 17.20
Подготовка к прогулке, Вечерняя прогулка.	17.00-18.30	17.10-18.30	17.15-18.30	17.20-18.30
Уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00