

Режим дня детей дошкольного возраста (холодный период)

Режимные процессы	Время			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	6.30-8.20	6.30-8.25	6.30-8.30	6.30-8.30
Завтрак	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельные игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
	9.25-9.40	9.30-9.50	9.35-10.00	9.40-10.10
				10.20-10.50
Второй завтрак	9.40-9.45	9.50-9.55	10.00-10.05	10.10-10.15
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	9.40-10.10	9.50-10.15	9.55-10.20	10.50-11.00
Прогулка	10.10-11.20	10.15-11.30	10.20-11.40	11.00-12.00
Возвращение с прогулки	11.20-11.55	11.30-12.00	11.40-12.05	12.00-12.15
Обед	11.55-12.30	12.00-12.30	12.05-12.30	12.15-12.45
Подготовка ко сну, сон.	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.15	15.00-15.40
Занятия			15.10-15.35	
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30	16.30-18.30