

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 99
_____ Е.С. Каштанова

Примерный режим дня в подготовительной группе в холодный период года (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время
1. Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.30
2. Завтрак	8.30-8.50
3. Самостоятельные игры	8.50-9.00
4. Непосредственно образовательная деятельность: образовательные ситуации (общая длительность, включая перерыв)	9.00-10.50
2 й завтрак (рекомендуемый)	10.00-10.15
5. Подготовка к прогулке, образовательная деятельность на прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.30
6. Подготовка к обеду, обед	12.30-13.10
7. Релаксирующая гимнастика перед сном	13.10-13.20
8. Подготовка ко сну, сон	13.20-15.00
9. Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.30
10. Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
11. Игры, досуги, кружки, занятия, самостоятельная деятельность по интересам, общение	15.50-16.20
12. Подготовка к прогулке, прогулка (доп. услуги)	16.20-18.00
13. Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
14. Уход домой	До 19.00

