

Утверждаю  
Заведующий М.В. Гаврищак



# РЕЖИМ ДНЯ

(холодный период года)

группы № 3 (старшая)

| <i>время</i>  | <i>виды деятельности</i>   |
|---------------|--|
| 07.30 – 08.30 | <i>Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика</i>                    |
| 08.30 – 08.50 | <i>Подготовка к завтраку, завтрак</i>  |
| 08.50 – 09.00 | <i>Игры, подготовка к занятиям</i>   |
| 09.00 – 10.45 | <i>Занятия</i>   |
| 10.45 – 12.00 | <i>Игры, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки</i>                                   |
| 12.00 – 12.30 | <i>Подготовка к обеду, обед</i>  |
| 12.30 – 15.00 | <i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>  |
| 15.00 – 15.30 | <i>Постепенный подъем, закаливающие мероприятия и гигиенические процедуры</i>                          |
| 15.30 – 15.50 | <i>Подготовка к полднику, полдник</i>  |
| 15.50 – 16.20 | <i>Подготовка к занятиям, занятия, игры, совместная и самостоятельная деятельность</i>                 |
| 16.20 – 17.10 | <i>Подготовка к прогулке, прогулка</i>   |
| 17.10 – 17.40 | <i>Подготовка к ужину, ужин</i>  |
| 17.40 – 19.30 | <i>Игры, совместная деятельность, прогулка (при благоприятных погодных условиях), уход детей домой</i> |