

**Режим дня
на холодный период в подготовительной группе**

Режимные моменты	Время
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренний круг утренняя гимнастика	07.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50
Игры, самостоятельная деятельность,	08.50 - 09.00
Непрерывная образовательная деятельность	09.00 - 10.50
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 - 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.00
Подъём, гимнастика пробуждения	15.00 - 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.30
Игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, кружковая работа, вечерний круг	15.30 - 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры	17.20 - 18.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18.30 - 19.00