

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

с 01.09.2024 по 31.05.2025

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

**СТАРШАЯ РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА**

(для детей 4-7 лет)

Режимные моменты	Возрастная группа	
	средняя	подготовительная
Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.	7.30 - 8.00	7.30 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Минутка безопасности	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.40	9.00-10.50
Второй завтрак	10.10 - 10.20	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке	10.20-10.40	10.50 – 11.00
Прогулка	10.40 -12.00	11.00 – 12.10
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	12.00 -12.20	12.10 – 12.30
Обед	12. 20 - 12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.	12.45- 13.00	12.50- 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.30	13.00 - 15.30
Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.	15.30-15.45	15.30 – 15.45
Полдник	15.45-16.00	15.45-16.00
Игры, занятия	16.00-17.00	16.00-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.00-18.00	17.00-18.00