

Режим дня на холодный период
Подготовительная к школе группа
МБДОУ «Детский сад №65»
2019/20 учебный год

№ п/п	Режимные моменты	Подготовительная к школе группа
1.	<i>Дома:</i> подъем, утренний туалет Прогулка по дороге в детский сад	6.30-7.30
2	<i>В детском саду:</i> Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, индивидуальная и групповая работа с детьми, дежурства	7.00-8.05 (1ч.05м)
3	Утренняя гимнастика	8.05 (10-12 мин)
4	Подготовка к завтраку, 1 завтрак	8.15-8.35(0,20)
5	Организованная образовательная деятельность (занятия) -1 -2 -3	8.50-9.20(0,30) 9.30-10.00(0,30) 10.10-10.40(0,30) / 12.05-12.35(0,30) (ср.-на воздухе)
6	Подготовка к завтраку, 2 завтрак	10.45-11.00(0,15) ср.10.00 - 10.15
7	Подготовка к прогулке	11.00-11.10 ср. 10.15-10.25
8	Прогулка (<i>игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, физическая культура на воздухе</i>) (<i>продолжительность</i>)	11.10-12.40 (1ч.30м) ср.-10.25-12.05 (1час 30м)
8	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.40-12.45
9	Обед	12.45-13.00(0,15)
10	Дневной сон	13.00-15.00(2ч)
11	Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные, гигиенические процедуры	15.00-15.15
12	Полдник	15.15-15.30(0,15)
13	Организованная образовательная деятельность в группах(занятия)	—
14	Игры, труд, самостоятельная деятельность	15.30-16.30
15	Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность) (продолжительность)	16.30-18.00 (1ч.30м)
16	<i>Дома:</i> Прогулка Подготовка к ужину, ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры Ночной сон	до 18.30 18.45 19.05 20.00 20.30-6.30