



### Режим дня в холодный период года

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-8.20	7.30-8.20	7.30-8.25	7.30-8.35	7.30-8.40
Утренняя гимнастика	<b>8.00</b>	<b>8.00</b>	<b>8.10</b>	<b>8.20</b>	<b>8.30</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.25-8.50	8.35-8.50	8.40-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	08.50-9.00	08.50-9.00	08.50-9.00	08.50-9.00	08.50-9.00
Организованная образовательная деятельность (включая физминутку в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00-09.40	09.00-09.50	09.00-10.10	09.00-10.20	09.00-10.55
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	09.40-10.20	09.50-10.20	10.00-10.30	10.20-10.30	
подготовка ко 2-му завтраку, 2-ой завтрак	10.20-10.30	10.20-10.30	10.30-10.40	10.30-10.40	10.55-11.00
Подготовка к прогулке Прогулка	10.30-11.40	10.30-11.45	10.40-12.00	10.40-12.10	11.00-12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, дежурство	11.40-12.00	11.45-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Обед Подготовка ко сну	12.00-12.20	12.00-12.20	12.10-12.50	12.20-12.50	12.30-13.00
Дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20	12.50-15.20	12.50-15.20	13-15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, подготовка к полднику	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-15.50	15.30-15.40	15.30-15.40
ООД, дополнительные образовательные услуги	16.00-16.30	16.00-16.40	15.50-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.30-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30