



## Режим дня в группах на холодный период года

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ/ ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ	1-я младшая группа (2-3 года)	2-я младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием и осмотр детей, свободные игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Организованная и самостоятельная деятельность детей и взрослых, свободные игры	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.40	10.40-11.50	10.40-12.00	10.40-12.05	10.40-12.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.40-12.00	11.50-12.10	12.00-12.20	12.05-12.20	12.10-12.25
Обед	12.00-12.25	12.15-12.40	12.15-12.40	12.20-12.45	12.20-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25-15.25	12.40-15.10	12.40-15.10	12.45-15.10	12.45-15.10
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, гигиенические процедуры	15.25-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.35	15.50-16.35	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.15	16.30-18.15	16.35-18.15	16.35-18.15	16.50-18.15
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30	18.15-18.30
Ужин	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40	18.30-18.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00