Режим дня в холодный период в ДОУ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Дети младшего возраста  от 2 до 4 лет | Дети старшего возраста  от 4 до 7 |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.00 | |
| Утренняя гимнастика | 8.15 – 8.25 | |
| Подготовка к завтраку, 1-ый завтрак | 8.25 – 8.50 | |
| Утренняя беседа | 8.50 – 9.00 | |
| Совместная деятельность детей и взрослых (согласно сетке) | 9.00 – 10.10 | 9.00 – 11.00 |
| Второй завтрак | 10.10 – 10.20 | |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку | 10.30 – 10.50 | 11.00 – 11.15 |
| Прогулка | 10.50 – 11.50 | 11.15 – 12.25 |
| Возвращение с прогулки | 11.50 – 12.15 | 12.25 – 12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.15 – 12.45 | 12.40 – 13.10 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.50 – 15.00 | 13.10 – 15.00 |
| Подъем, закаливающие процедуры | 15.00 – 15.20 | |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20 – 15.40 | |
| Совместная деятельность взрослых и детей | 15.40 – 15.55 | 15.40 – 16.45 |
| Свободная деятельность, игры | 15.55 – 17.20 | 16.45 – 17.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.25 – 17.50 | |
| Игры, свободная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 17.50 – 19.00 | |