

## Режим дня

Холодный период года	5-6 лет
Содержание	Время
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7:30 – 8:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:20–8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–9:00
Игры, подготовка к занятиям	9:00 – 9:15
Занятие 1	9:20– 9:45
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:45 – 9:55
Занятие 2	9:55 – 10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20 – 12:00
Самостоятельная деятельность детей	12:00 – 12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10 – 12:30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30 – 15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00 – 15:30
Занятия (при необходимости)	15:30 – 15:55
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:55 – 16:15
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое), возвращение с прогулки	16:15–17:45
Игры, уход детей домой	17:45-18:00