



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МДОУ «Д/с № 183»
ЕН Первунинская
2024г

Режим дня (холодный период) Дошкольный возраст (3-4 года)

7.00-8.00	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.00-8.10	Утренняя гимнастика
8.10-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-9.00	Утренний круг
9.00-10.00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00-10.30	Второй завтрак
10.00-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка
11.40-12.00	Возвращение с прогулки
12.00-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.00	Подготовка ко сну, сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, самостоятельная деятельность
15.15-15.40	Игры, самостоятельная деятельность детей
15.40-16.05	Подготовка к уплотненному полднику. Уплотненный полдник
16.05-16.40	Игры, самостоятельная деятельность детей Совместная деятельность (ЧХЛ)
16.40-16.50	Вечерний круг.
16.50-18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30-19.00	Самостоятельная деятельность, уход домой