



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МДОУ «Д/с № 183»
ЕН Первунинская
« 26 » 2024г

Режим дня (холодный период) Дошкольный возраст (6-7 лет)

7.00-8.25	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.20-8.30	Утренняя гимнастика
8.30-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-9.00	Утренний круг.
9.00-11.00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)
10.00-10.30	Второй завтрак
11.00-12.10	Подготовка к прогулке, прогулка
12.10-12.20	Возвращение с прогулки
12.20-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка ко сну, сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, самостоятельная деятельность
15.15-16.00	Игры, самостоятельная и совместная детская деятельность
16.00-16.25	Подготовка к уплотненному полднику Уплотненный полдник
16.25-16.40	Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность (ЧХЛ)
16.40-16.50	Вечерний круг.
16.50-18.40	Подготовка к прогулке, прогулка
18.40-19.00	Самостоятельная деятельность, уход домой