**Примерный режим дня в холодное время года**

**2-я младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ** |
| 7.00-8.20 | Приветствие; Встреча детей; Беседы с родителями;  Утренняя гимнастика; Подготовка к завтраку. |
| 8.20 – 8.50 | Завтрак |
| 8.50 – 9.00 | Утренний круг / Детский совет |
| 9.00 – 10.00 | Познавательная/образовательная деятельность  в центрах активности *(по расписанию)* |
| 10.00 – 10.15 | 2-ой завтрак |
| 10.15 – 12.05 | Подготовка к прогулке  Прогулка (игры, наблюдения, труд) |
| 12.05 – 12.20 | Возвращение с прогулки.  Подготовка к обеду. |
| 12.20 – 12.55 | Обед: обучение культуре еды |
| 12.55 – 15.20 | Спокойные игры, подготовка ко сну;  Сон.  *Создание тихой, благоприятной обстановки для сна;* |
| 15.20 – 15.30 | Постепенный подъём, *закаливающие процедуры* |
| 15.30 – 15.55 | Полдник: обучение культуре еды |
| 15.55 – 16.20 | Познавательная деятельность  в центрах активности |
| 16.20 - 18.10 | Подготовка к прогулке  Прогулка |
| 18.10 – 18.20 | Возвращение с прогулки.  Подготовка к ужину |
| 18.20 – 18.35 | Ужин. |
| 18.35 – 19.00 | Самостоятельная деятельность  Уход детей домой. |

**Примерный режим дня в холодное время года**

**Средняя группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ** |
| 7.00 – 8.25 | Приветствие; встреча детей; беседы с родителями;  утренняя гимнастика, дежурство. Подготовка к завтраку. |
| 8.25 – 8.50 | Завтрак.  Самостоятельная деятельность детей |
| 8.50 – 9.00 | Утренний круг / Детский совет |
| 9.00 – 10.00 | Познавательная/образовательная деятельность  в центрах активности *(по расписанию)* |
| 10.00-10.10 | 2-ой завтрак |
| 10.40 – 12.00 | Подготовка к прогулке  Прогулка *(игры, наблюдения, труд)* |
| 12.00 – 12.20 | Возвращение с прогулки,  Подготовка к обеду. |
| 12.20 – 12.50 | Обед. |
| 12.50 – 15.10 | Подготовка ко сну. Сон.  *Создание тихой, благоприятной обстановки для сна;* |
| 15.10 – 15.25 | Постепенный подъём,  *закаливающие процедуры* |
| 15.25 – 15.50 | Подготовка к полднику.  Полдник. |
| 15.50 – 16.20 | Познавательная деятельность  в центрах активности по интересам детей |
| 16.20 – 18.10 | Подготовка к прогулке  Прогулка |
| 18.10 – 18.20 | Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину |
| 18.20 – 18.35 | Ужин |
| 18.40 – 19.00 | Игры детей по интересам.  Уход домой. |

**Примерный режим дня в холодное время года**

**Старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ** |
| 7.00 – 8.30 | Приветствие; встреча детей; беседы с родителями;  утренняя гимнастика, дежурство. Подготовка к завтраку. |
| 8.30– 8.50 | Завтрак. |
| 8.50 – 9.00 | Утренний круг / Детский совет |
| 9.00 – 10.00 | Познавательная/образовательная деятельность  в центрах активности *(по расписанию)* |
| 10.00 – 10.10 | 2-ой завтрак |
| 10.40 – 12.15 | Подготовка к прогулке.  Прогулка *(игры, наблюдения, труд)* |
| 12.15 – 12.30 | Возвращение с прогулки.  Подготовка к обеду. |
| 12.30 – 13.00 | Обед. |
| 13.00 – 15.10 | Подготовка ко сну. Сон.  *Создание тихой, благоприятной обстановки для сна;* |
| 15.10 – 15.30 | Постепенный подъём, *закаливающие процедуры.* Подготовка к полднику. |
| 15.30 – 15.50 | Полдник. |
| 15.50 – 16.20 | Познавательная деятельность  в центрах активности по интересам детей. |
| 16.20 – 18.10 | Подготовка к прогулке.  Прогулка. |
| 18.10 – 18.20 | Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. |
| 18.20 – 18.35 | Ужин. |
| 18.35 – 19.00 | Игры детей по интересам.  Уход домой. |

**Примерный режим дня в холодное время года**

**Подготовительная группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ** |
| 7.00 – 8.30 | Приветствие; встреча детей; беседы с родителями;  утренняя гимнастика, дежурство.  Подготовка к завтраку. |
| 8.30– 8.50 | Завтрак. |
| 8.50 – 9.00 | Утренний круг / Детский совет |
| 9.00 – 10.00 | Познавательная/образовательная деятельность  в центрах активности *(по расписанию)* |
| 10.00 -10.10 | 2-ой завтрак |
| 10.10 – 11.40 | Подготовка к прогулке,  Прогулка. |
| 11.40 – 12.40 | Возвращение с прогулки.  Подготовка к обеду. |
| 12.40 – 13.00 | Обед. |
| 13.00 – 15.00 | Подготовка ко сну. Сон.  *Создание тихой, благоприятной обстановки для сна;* |
| 15.00– 15.30 | Постепенный подъём,  *закаливающие процедуры.*  Подготовка к полднику. |
| 15.30 – 15.45 | Полдник. |
| 15.45 – 16.30 | Познавательная деятельность  в центрах активности по интересам детей. |
| 16.30 – 18.10 | Подготовка к прогулке.  Прогулка. |
| 18.10 – 18.20 | Возвращение с прогулки.  Подготовка к ужину. |
| 18.20 – 18.35 | Ужин. |
| 18.35 – 19.00 | Игры детей по интересам.  Уход домой. |