

**Режим дня
на холодный период года
для группы общеразвивающей направленности для детей в возрасте от 3 до 4 лет**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 - 07.30
<i>В дошкольном образовательном учреждении</i>	
Утренний прием Утренний круг (общение воспитателя с детьми) утренняя гимнастика	07.00 - 08.00
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	08.00 - 08.25
Самостоятельные игры и свободное общение детей	08.25 - 09.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.00 - 09.50
Игры и свободное общение детей, подготовка ко второму завтраку	09.40 – 10.00
Второй завтрак	10.00 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 11.50
Подготовка к обеду, ОБЕД	11.50 - 12.20
Подготовка ко сну (закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном), СОН	12.20 - 14.50
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	14.50 - 15.00
Игры, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15.00 – 16.00
Подготовка к приему пищи, «УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК С ВКЛЮЧЕНИЕМ БЛЮД УЖИНА»	16.00 – 16.30
Вечерний круг (общение воспитателя с детьми)	16.30 – 17.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой	17.15 – 19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00 - 20.10
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10 - 20.40
Укладывание, ночной сон	20.30 - 06.30