**Режим дня в подготовительной группе**

***на холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Дома*** | |
| **Подъём, утренний туалет** | 6.30 –7.30 |
| ***В детском саду*** | |
| **Приём, осмотр, взаимодействие с родителями,**  **беседы, наблюдения в уголке природы, труд, игры, индивидуальная работа с детьми** | 7.00 – 8.20 |
| **Утренняя гимнастика** | 8.20 – 8.30 |
| **Подготовка к завтраку, завтрак** | 8.30– 8.50 |
| **Игры** | 8.50 – 9.00 |
| **Непосредственная образовательная деятельность** | 9.00 – 9. 30  9.40 – 10.10  10.20 – 10.50 |
| **Второй витаминизированный завтрак (соки, морсы, фрукты)** | 10.50 - 11.00 |
| **Подготовка к прогулке**  **Прогулка**  **Возвращение с прогулки, водные процедуры,**  **чтение, игры** | 11.00 - 12.45 |
| **Подготовка к обеду, обед** | 12.45 – 13.15 |
| **Подготовка ко сну, дневной сон** | 13.15 – 15.00 |
| **Гимнастика пробуждения, подъём детей, солевое закаливание, коррекционная гимнастики по профилактике сколиоза и плоскостопия, водные процедуры** | 15.00 – 15.15 |
| **Подготовка к полднику, полдник** | 15.15 – 15.40 |
| **Игры, труд, чтение художественной литературы, экологические минутки, кружки, праздники, развлечения** | 15.40 - 16.10 |
| **Подготовка к прогулке, прогулка** | 16.10-18.00 |
| **Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность** | 18.00-18.30 |
| **Удин, уход детей домой** | 18.30-19.00 |
| ***Дома*** | |
| **Прогулка.** | 19.00 – 20.15 |
| **Спокойные игры, гигиенические процедуры** | 20.15 – 20.45 |
| **Укладывание, ночной сон** | 20.45 – 6.30  Или – 7.30 |