



РЕЖИМ ДНЯ НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

- гибкость режима ■ четкое определение времени

Режимные моменты	Время проведения
Дома:	
● Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В ДОУ:	
● Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, труд	7.00-8.20
■ Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
■ Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
● Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
■ Занятия	9.00-9.30 9.40-10.10 10.30-11.00
■ Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.20-10.30
● Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деят-ть, труд, наблюдения)	11.00-12.10
● Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
■ Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
● Подготовка ко сну, сон	12.40-15.10
● Подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.10-15.20
■ Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
■ Занятия	Вторник, четверг: <u>кружок</u> 1. 15.30- 16.00 2. 16.10-16.40
● Самостоятельная деятельность, игры	15.30-17.00
■ Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.30
● Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.30-18.30
Дома:	
■ Ужин	18.20-18.45
● Подготовка к прогулке, прогулка, сам-ная деят-ть, игры	18.45-19.00 19.00-20.10
● Спокойные игры, гигиенические процедуры Ночной сон	20.10-20.30 20.30-6.30 (7.30)