

РЕЖИМ ДНЯ НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД СТРАШАЯ 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	7.00-7.05
■ Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
● Самостоятельная деятельность	8.15-8.30
■ Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
● Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
■ Занятия	9.00-9.25 9.55-10.20
■ Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	9.35-9.45
● Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность, труд, наблюдения)	10.20-12.00
● Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.10
■ Подготовка к обеду, обед	12.10-12.30
● Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
● Подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.15
■ Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Игры, подготовка к занятиям	
■ Занятия	Понедельник, среда 15.30-15.55 Вторник: <u>кружок</u> 1. 15.30-15.55 2. 16.05-16.30
● Самостоятельная деятельность, игры	15.30-16.30
● Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	
	16.30-17.30
Дома:	
■ Ужин	18.20-18.45
● Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры	18.45-19.00 19.00-20.10
● Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10-20.30
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)