

**Режим дня**  
**детей подготовительной группы (6-7 лет)**  
**на холодный период**

<b>Утренний прием,</b> осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	<b>7.00 – 8.00</b>
<b>Утренняя гимнастика</b>	<b>8.20 – 8.30</b>
Пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика.	<b>8.30 – 8.35</b>
Подготовка к завтраку	
<b>Завтрак</b>	<b>8.35 – 8.55</b>
Игры, самостоятельная деятельность	<b>8.55 – 9.00</b>
Подготовка к занятиям. Дежурство, трудовые поручения	
<b>Занятия</b>	<b>9.00 – 9.30</b>
	<b>9.40 – 10.10</b>
	<b>10.20 – 10.50</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность детей</b>	<b>10.50 – 11.10</b>
Подготовка к прогулке.	<b>11.10 – 11.25</b>
<b>Прогулка.</b>	<b>11.25 – 12.25</b>
<b>Возвращение с прогулки.</b>	<b>12.25 – 12.35</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей.	
Чтение художественной литературы	
Подготовка к обеду,	<b>12.35.- 12.40</b>
<b>Обед</b>	<b>12.40 – 13.00</b>
Подготовка ко сну.	<b>13.00 – 15.00</b>
<b>Дневной сон.</b>	
<b>Постепенный подъем детей.</b>	<b>15.00. – 15.15</b>
Гигиенические закаливающие процедуры.	
Подготовка к полднику	<b>15.15 – 15.25</b>
<b>Полдник.</b>	<b>15.25.- 15.35</b>
<b>Занятия</b> (общая длительность, включая перерывы)	<b>15.35 – 16.05</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность детей</b>	
Подготовка к прогулке, прогулка, игры	<b>16.05 – 17.05</b>
<b>Возвращение с прогулки, подготовка к ужину.</b>	<b>17.05 – 17.15</b>
<b>Ужин</b>	<b>17.15 – 17.35</b>
Игры и самостоятельная деятельность детей	<b>17.35 – 18.10</b>
Подготовка к прогулке.	<b>18.10 – 19.00</b>
Прогулка	