

**Режим дня подготовительной группы общеразвивающей направленности
«ЗНАЙКИ» на 2024-2025 уч.г. (холодный период года)**

Содержание	Время	
	<i>возраст 6-7 лет</i>	
	начало	окончание
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	07.00	08.20
Утренняя гимнастика	08.20	08.30
Подготовка к завтраку (<i>гигиенические процедуры</i>) завтрак	08.30 08.35	08.35 08.50
Подготовка к занятиям	08.50	09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)	09.00	10.50
	<i>3 занятия по 30 минут по отдельному расписанию</i>	
Второй завтрак	10.50	11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00	12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение литературы	12.10	12.20
<i>Подготовка к обеду (гигиенические процедуры), обед</i>	12.20	12.4
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 - 15.15 15.15 - 15.30	
Уплотнённый полдник (<i>гигиенические процедуры до и после полдника</i>)	15.30 - 16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки	16.00 - 16.45	
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.45 – 19.00	
Уход домой	до 19.00	
*Сон – 2,5 часа ** Прогулка – 3 часа (утренняя - 1 час, вечерняя – 2 часа)		