



**Режим дня от 1.2 до 3 лет**  
**Холодный период**  
**(первая младшая группа «Гномики»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.10-8.20	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8:50-9:00	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.00-9.20	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.20-9.50	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9:50-10:00	<b>Второй завтрак</b>
10.00-11.30	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
11:30-12:00	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:00-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:10-17:10	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
17.10-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАТО п.Солнечный**  
**О.Е.Сорокина**

**Режим дня от 1.2 до 3 лет**  
**Холодный период**  
**(первая младшая группа «Ручеек»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.10-8.20	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-9:00	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
9:00-9:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.10-9.20	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.20-9.50	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9:50-10:00	<b>Второй завтрак</b>
10.00-11.30	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:30-12:00	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:00-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:10-17:10	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.10-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАО п.Солнечный**  
**О.Е.Сорокина**

**Режим дня от 3 лет до 4 лет**  
**Холодный период**  
**(вторая младшая группа «Звездочка»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.00-8.10	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:10-9:25	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.15-9.35	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.35-9.50	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9:50-10:00	<b>Второй завтрак</b>
10.00-11.30	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:30-12:00	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:00-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:00-16:15	<b>Образовательная нагрузка(НОД)</b>
16:15-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»  
ЗАТО п.Солнечный  
О.Е.Сорокина

**Режим дня от 3 лет до 4 лет**  
**Холодный период**  
**(вторая младшая группа «Цветики- Семицветики»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.10-8.20	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:15	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.15-9.35	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.35-9.50	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9:50-10:00	<b>Второй завтрак</b>
10.00-11.30	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
11:30-12:00	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:00-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:00-16:15	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:15-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАТО п.Солнечный**  
**О.Е.Сорокина**

**Режим дня от 4 лет до 5 лет**  
**Холодный период**  
**(средняя группа «Осьминожки»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.40-8.50	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b> (игры, предметная деятельность и другое)
9:00-9:20	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.20-9.30	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.30-9.50	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.50-10.20	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
10.20-10.30	<b>Второй завтрак</b>
10.30-11.40	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:40-12:10	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:10-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:00-16:20	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:20-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**Режим дня от 4 лет до 5 лет  
Холодный период  
(средняя группа «Малыши- Крепыши»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.00-8.10	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:20	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.20-9.30	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.30-10.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
10.00-10.20	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10.20-10.40	<b>Второй завтрак</b>
10.40-11.50	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:50-12:20	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:20-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:00-16:20	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:20-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»  
ЗАТО п.Солнечный  
О.Е.Сорокина

**Режим дня от 5 лет до 6 лет  
Холодный период  
(Старшая группа «Теремок»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:25	<b>Образовательная нагрузка(НОД)</b>
9.25-9.35	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.35-10.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
10.00-10.25	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10.25-10.35	<b>Второй завтрак</b>
10.35-11.50	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:50-12:20	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:20-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:10-16:35	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:35-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы (по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАО п. Солнечный**  
**О.Е.Сорокина**

**Режим дня от 5 лет до 6 лет**  
**Холодный период**  
**(Старшая группа «Ягодки»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя гимнастика (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:25	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.25-9.35	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.35-10.20	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
10.20-10.30	<b>Второй завтрак</b>
10.30-10.55	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10.55-11.50	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность детей.
11:50-12:20	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:20-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:10-16:35	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:35-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы (по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**Режим дня от 5 лет до 6 лет  
Холодный период  
(Старшая группа «Белочки»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:25	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.25-9.35	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9.35-10.25	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
10.25-10.35	<b>Второй завтрак</b>
10.35-11.00	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
11.00-12.00	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
12:00-12:30	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:20-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-16:10	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
16:10-16:35	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:35-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы (по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»  
ЗАТО п.Солнечный  
О.Е.Сорокина

**Режим дня от 6 до 7 лет**  
**Холодный период**  
**(подготовительная к школе группа «Капельки»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:30	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.30-9.40	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9:40-10:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10:10-10:20	<b>Второй завтрак</b>
10.20-10.30	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры
10.30-11.00	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
11.00-12.10	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
12:10-12:40	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:40-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-15:50	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
15:50-16:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:35-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы (по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАО п. Солнечный**  
**О.Е. Сарокина**

**Режим дня от 6 до 7 лет**  
**Холодный период**  
**(подготовительная к школе группа «Рябинка»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:30	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.30-9.40	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9:40-10:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10:10-10:20	<b>Второй завтрак</b>
10.20-10.30	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры
10.30-11.00	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
11.00-12.10	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
12:10-12:40	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:40-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-15:50	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
15:50-16:10	<b>Образовательная нагрузка</b>
16:35-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы (по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующая МДКОУ №4 «Звездочка»**  
**ЗАТО п.Солнечный**  
**О.Е.Сорокина**

**Режим дня от 6 до 7 лет**  
**Холодный период**  
**(подготовительная к школе группа «Радуга»)**

<b>Время</b>	<b>Основная деятельность</b>
7:30-8:30	<b>Утренний прием:</b> осмотр детей, термометрия, беседа с родителями и детьми, наблюдение, индивидуальная работа с детьми, самост. деятельность детей.
8.20-8.30	<b>Утренняя зарядка (Гимнастика)</b>
8:30-8:50	<b>Завтрак:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, завтрак
8.50-9.00	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
9:00-9:30	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
9.30-9.40	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры, физкультминутки, гимнастика для глаз....
9:40-10:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
10:10-10:20	<b>Второй завтрак</b>
10.20-10.30	<b>Перерыв между образовательной нагрузкой:</b> гигиенические процедуры
10.30-11.00	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
11.00-12.10	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
12:10-12:40	<b>Обед:</b> гигиенические процедуры, подготовка к приему пищи, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи.
12:40-15:00	<b>Дневной сон:</b> оздоровительные процедуры
15:00-15:20	<b>Полдник:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
15:20-15:50	<b>Игры, самостоятельная свободная деятельность детей</b>
15:50-16:10	<b>Образовательная нагрузка (НОД)</b>
16:10-17:15	<b>Прогулка:</b> наблюдение, двигательная активность, подвижные спортивные игры, спортивные упр., индивид. работа, трудовые поручения, самост. деятельность детей.
17.15-17.40	<b>Ужин:</b> подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, прием пищи.
17.40-18.00	<b>Чтение художественной литературы ((по погодным условиям включаем в прогулку)</b>
18:00-19:00	<b>Прогулка:</b> совместная деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная нагрузка
19:00-19:30	<b>Уход детей домой:</b> рекомендации родителям