

**Режим дня группы дошкольного возраста на холодный период
на 2024-2025 уч. г.**

МДОУ «Детский сад №15 «Ручеек» г. Ртищево Саратовской области»

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	группа «Радуга» (с 3 до 7 лет)
Утренний прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.45
Самостоятельная /игровая деятельность, подготовка к занятиям	8.45 – 9.00
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты),	9.00 – 10.35
Игровая и самостоятельная деятельность	-
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.00 – 15.25
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность (индивидуальная работа)	15.40 – 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.10 – 18.00