


 Утверждаю
 Заведующий Л.Н. Михайлова
 Приказ №114 от 15.08.2023г.

Режим дня (холодный период)

№п/п	Содержание	Время
1	Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00 8.00-8.20
2	Утренняя зарядка	8.20-8.30
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
4	Занятия Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.00-11.10
5	Второй завтрак	11.10-11.15
6	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.15- 12.00
7	Активное бодрствование (игры, предметная деятельность и другое)	12.00- 12.30
8	Подготовка к обеду, обед	12.30- 13.00
9	Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00-15.30
10	Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
11	Занятия	15.45-16.15
12	Подготовка к прогулке, прогулка. Активное бодрствование (игры, самостоятельная деятельность детей)	16.15-17.00