

Режим дня на холодный период года
в разновозрастной группе «Пчелка»

№	Режимные мероприятия		от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
	Наименование	Содержание			
1	Утренний прием	Приём, осмотр, термометрия; Игры, индивидуальная, групповая работа с детьми, самостоятельная деятельность детей.	7.30-8.20	7.30-8.20	7.30-8.20
2	Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
3	Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
4	Образовательная нагрузка	ООД 1 Перерыв: двигательная активность ООД 2 Перерыв: двигательная активность ООД 3	9.00-9.20 9.20-9.40 9.40-10.00	9.00- 9.25 9.25-9.40 9.40-10.05	9.00-9.30 9.30-9.40 9.40-10.10 10.10-10.30 10.40-11.10
5	Самостоятельная деятельность	Отдых, игры.	10.00-10.30 10.40-11.00	10.05-10.30 10.40-11.00	-
6	Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
7	Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке. Прогулка: совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей на прогулке, подвижные игры. Возвращение с прогулки.	11.00-12.30	11.00-12.30	11.10-12.30
8	Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	12.30-12.50	12.30-12.50	12.30-12.50
9	Дневной сон	Подготовка ко сну; Сон; Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика после сна.	12.50-15.20	12.50-15.20	12.50-15.20
10	Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
11.	Образовательная нагрузка	ООД 3	-	15.40-16.05	-
12.	Самостоятельная деятельность	Игры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей.	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.20
13	Прогулка, уход домой.	Вечерняя прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Подвижные игры.	16.20-17.30	16.20-17.30	16.20-17.30