

УТВЕРЖДЕН:
приказом МБДОУ «Детский сад
«Северное сияние»
№ 323-о от 12.12.2022 г.

Режим дня
на холодный период в средней общеразвивающей группе № 7
«Радуга» на 2022-2023 учебный год

Время	Режимные моменты
07.30 –08.30	Прием, игровая и индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей
08.30-08.40	Утренняя гимнастика.
08.40 –09.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
09.00-09.40	Утренний круг.
09.40-10.30	Игры, занятия, кружки, занятия со специалистами.
10.00-10.10	Второй завтрак.
10.30-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.00–12.30	Подготовка к обеду. Обед. Дежурство.
12.30–15.00	Подготовка ко сну. Сон.
15.00 –15.20	Постепенный подъем. Профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры.
15.20–15.40	Подготовка к полднику. Полдник.
15.40 –17.25	Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами.
17.25 –17.35	Вечерний круг.
17.35–18.00	Подготовка к ужину. Ужин.
18.00–19.30	Прогулка. Уход детей домой.