

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

Режим дня
на холодный период в старшей общеразвивающей группе № 10
«Ручеек» 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.
09.00-09.20	Утренний круг.
09.20-11.00	Игры, занятия, кружки, занятия со специалистами
10.00-10.10	Второй завтрак.
11.00-12.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.30-13.00	Подготовка к обеду. Обед. Дежурство
13.00-15.30	Подготовка ко сну. Сон.
15.30-15.40	Постепенный подъем. Профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры
15.40-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.
16.00-17.30	Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами
17.30-17.40	Вечерний круг
17.40-18.00	Подготовка к ужину. Ужин.
18.00-19.30	Прогулка. Уход детей домой.