

**Режим дня  
на холодный период года  
для группы комбинированной направленности для детей в возрасте от 6 до 7 лет**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 - 07.30
<i>В дошкольном образовательном учреждении</i>	
Утренний прием Утренний круг (общение воспитателя с детьми)	07.00 - 08.30
Утренняя зарядка	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	08.30 - 08.45
Свободное общение детей	08.45 – 09.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.00 - 10.50
Второй завтрак	10.50 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 - 12.15
Подготовка к обеду, ОБЕД	12.15 - 12.40
Подготовка ко сну (закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном), СОН	12.40 - 15.10
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры	15.10 - 15.30
Трудовая деятельность	15.30 – 15.50
Вечерний круг (общение воспитателя с детьми)	15.50 – 16.20
Подготовка к приему пищи, «УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК С ВКЛЮЧЕНИЕМ БЛЮД УЖИНА»	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой	16.40 – 19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00 - 20.10
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10 - 20.40
Укладывание, ночной сон	20.30 - 06.30