



утверждаю

заведующий ГКДОУ №83

\_\_\_\_\_ Н.Л. Соловьева

## РЕЖИМ ДНЯ В ГРУППЕ № 1

| Содержание                                                                                      | Время               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Холодный период года</b>                                                                     |                     |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7:0–8:05            |
| Утренняя зарядка (гимнастика)                                                                   | 8:20-8.30           |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                  | 8:30–9:00           |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 9:00–9:15           |
| Занятие 1                                                                                       | 9:15–9:30           |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)                                                 | 9:30–9:40           |
| Занятие 2                                                                                       | 9:40–9:55           |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                         | 10:00–12:00         |
| Подготовка к обеду, обед                                                                        | 12:40–13:10         |
| Подготовка ко сну, сон                                                                          | 13:10-15:10         |
| Постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры                             | 15:10-15:30         |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                  | 15:30–16:00         |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                 | 16:00- 17:30        |
| Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой                    | 17:30 -<br>до 19:00 |