

Режим дня (режим приёма пищи) в подготовительной группе

на 2020-2021 учебный год. Холодный период года.

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	9.00 – 9.30
Перерыв между периодами непосредственно образовательной деятельности	9.30 – 9.40
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	9.40 – 10.10
Перерыв между периодами непосредственно образовательной деятельности	10.10 – 10.20
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	10.20 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, самостоятельная деятельность, подвижные игры), возвращение с прогулки	10.50 – 12.20
Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Релаксирующая гимнастика перед сном	12.50 – 13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, пробуждающая гимнастика, воздушные, гигиенические процедуры	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	15.30 – 16.00
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	16.00 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры), уход детей домой	17.30 – 19.00