



**1. РЕЖИМ ДНЯ**  
**10,5 часового пребывания на холодный период**  
**года (составлен на основании СанПиН 2.3/2.4.3590 –20)**  
**на 2022- 2023 учебный год в дошкольной группе**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время режимного момента</b>
Приём, игры, утренняя гимнастика, минутки коррекции и здоровья	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 -9.00
Игры, подготовка к организованной деятельности	9.00-9.10
Непосредственная образовательная деятельность	9.10 – 10.30
Второй завтрак	10.30- 11.00
Подготовка к прогулке	11.00-11.10
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.10 -11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50-12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения	15.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.30
Чтение художественной литературы	16.30-16.50
Подготовка к прогулке	16.50-17.00
Прогулка . Игры. Самостоятельная деятельность	17.00-18.00
Уход детей домой	18.00