

**Режим дня**  
**Разновозрастной группы д/с №16 «Ромашка»**  
**Холодный период года**

|    |                                                                                                                                                                                                |             |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 1  | Утренний прием, осмотр, игровая, художественно-речевая, трудовая деятельность, самообслуживание, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность                                           | 7.30-8.10   |
| 2  | Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                            | 8-10 минут  |
| 3  | Подготовка к завтраку (формирование культурно-гигиенических навыков), дежурство, завтрак                                                                                                       | 8.20-8.45   |
| 4  | Самостоятельная деятельность, совместная игровая деятельность                                                                                                                                  | 8.45-9.00   |
| 5  | Образовательная деятельность                                                                                                                                                                   | 9.00-10.00  |
| 6  | Второй завтрак (рекомендуемый)                                                                                                                                                                 | 10.00       |
| 7  | Самостоятельная деятельность (образ. деятельность в режимных моментах)                                                                                                                         | 10.00-10.35 |
| 8  | Подготовка к прогулке                                                                                                                                                                          | 10.35-10.50 |
| 9  | Прогулка (игровая деятельность, наблюдения, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, трудовая, позн-ислед. деятельность, воздушные и солнечные процедуры) Самостоятельная деятельность. | 10.50-12.10 |
| 10 | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду (формирование культурно-гигиенических навыков, культуры поведения, формирование представлений о ЗОЖ)                              | 12.10-12.20 |
| 11 | Обед.                                                                                                                                                                                          | 12.20-12.40 |
| 12 | Подготовка ко сну, сон.                                                                                                                                                                        | 12.40-15.10 |
| 13 | Постепенный подъем, корректирующая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры умывание, одевание, причесывание.                                                                        | 15.10-15.20 |
| 14 | Полдник.                                                                                                                                                                                       | 15.20-15.35 |
| 15 | Совместная деятельность, игровая, худ.-эстетическая, позн-исследовательская деятельность. Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность                                                  | 15.35-15.50 |
| 16 | Подготовка к прогулке                                                                                                                                                                          | 15.50-16.00 |
| 17 | Прогулка, игры. Уход детей домой.                                                                                                                                                              | 16.00-17.30 |