

**Режим дня
(холодный период времени)**

Компоненты распорядка	Группа общеразвивающей направленности для детей
	6-7 лет
Приём и осмотр детей	08.00-08.20
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	08.00-08.10
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) подготовка к завтраку	8.30-8.35
Завтрак	08.35-8.50
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к занятиям)	-
Занятия, индивидуальная работа с ребенком-инвалидом*	8.50-9.20
Перерыв между занятиями	9.20-9.30 10.10-10.20
Занятия	9.30-10.00 10.10-10.40
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования оздоровительные технологии)	-
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	-
Второй завтрак	10.40-10.45
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) подготовка к прогулке	10.45-11.00
Прогулка , в том числе двигательная активность (подвижные и спортивные игры и упражнения 20 минут), самостоятельная деятельность детей (игры 15-20 минут)	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей(игры, личная гигиена), подготовка к обеду	12.10-12.15
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	12.15-12.20
Обед	12.20-12.35
Подготовка ко сну	12.35-12.40
Сон	12.40-15.10
Постепенный подъём, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.10-15.20
Самостоятельная деятельность детей (личная гигиена), подготовка к уплотненному полднику	15.20-15.30
Уплотненный полдник	15.30-15.40
Занятия и (или) самостоятельная деятельность детей (игры), подготовка к прогулке, индивидуальная работа с ребенком инвалидом**	15.40-16.25
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования оздоровительные технологии)	15.50-16.10
Прогулка , в том числе двигательная активность (подвижные и спортивные игры и упражнения 40 минут), самостоятельная деятельность детей (игры 30 минут)	16.25-18.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей(игры), уход детей домой	18.15-18.25
Итого:	
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	90 мин
Продолжительность прогулок	3ч 00 мин
Продолжительность дневного сна	2ч. 30 мин