

## РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)

Режимные моменты	Возраст/Время			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний приём, игры	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Завтрак	8.20-8.45	8.20-8.45	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность детей (общая длительность, включая перерыв)	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.50
Второй завтрак	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	10.15-11.40	10.15-11.50	10.15-12.10	10.50-12.40
Обед	12.00-12.40	12.10-12.50	12.30-13.10	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	12.40-15.00	12.40-15.00	13.10-15.00	13.10-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.30	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник	15.30-15.50	15.20-15.40	15.15-15.30	15.15-15.30
Игры, досуги, доп. услуги	15.50-16.50	15.40-16.50	15.30-16.50	15.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	16.50-18.20	16.50-18.20	16.50-18.20	17.00-18.20
Игры, уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00