

# ★ ★ Режим дня ★ ★

Режим дня в подготовительной группе	Время
<b>Прием детей</b> (осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика)	<b>07.30-08.30</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b> (уборка игрушек, мытьё рук, беседа о пользе продуктов, дежурство, рассаживание в соответствии с маркировкой), (воспитание культуры поведения за столом и культуры приема разнообразной пищи)	<b>08.35-08.50</b> 
<b>Самостоятельная деятельность</b>	<b>08.50-09.00</b>
<b>Непрерывная непосредственная образовательная деятельность</b> (физкультминутка во время НОД по мере необходимости, двигательная разминка во время перерыва между занятиями 3-5 минут)	<b>09.00-11.05</b> 
<b>Игры, подготовка к прогулке, прогулка</b> (формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания), (подвижные игры, упражнения в основных видах движения, игры с двигательными игрушками, спортивным оборудованием, хороводные игры, элементы спортивных игр на спортивном участке, оздоровительный бег)	<b>11.05-12.35</b> 
<b>Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность</b> (развитие навыков самообслуживания, мытьё лица и рук до локтей)	<b>12.35-12.45</b> 
<b>Подготовка к обеду, обед</b> (развитие навыков самообслуживания, дежурство, организационный момент, создание условий для приема пищи с удовольствием)	<b>12.45-13.15</b> 
<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b> (формирование навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков), (создание спокойной обстановки для засыпания))	<b>13.15-15.00</b>
<b>Постепенный подъем</b> (воздушные, водные процедуры. Гимнастика после сна, ходьба по дорожкам здоровья, обширное умывание, растирание полотенцем)	<b>15.00-15.20</b> 
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.20-15.30</b>
<b>Прогулка, занятия по кружкам</b> (индивидуальная работа по разным видам деятельности, занятия на спортивных тренажерах на воздухе)	<b>15.30-17.00</b> 
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>17.00-17.20</b>
<b>Спокойные игры, уход детей домой</b>	<b>17.20-18.00</b>