

# Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет) Холодный период

<b>Режимные моменты</b>	
Я встаю, в детский сад прихожу, играю с друзьями. Делаю зарядку, играю.	7.00-8.30
Готовлюсь к завтраку, завтракаю.	8.30-8.50
Минутка здоровья: делаю артикуляционную/дыхательную гимнастику. Готовлюсь к занятиям.	8.50-9.00
Я познаю окружающий мир, развиваюсь, занимаюсь.	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
<b>Меня ждёт вкусный второй завтрак</b>	10.10 - 10.20
Я иду гулять, наблюдаю за явлениями природы, играю. Минутка здоровья: речевые игры (работа над словарным запасом)	10.50 -12.20
Возвращаюсь с прогулки, вспоминаю самое интересное за день (рефлексивный круг), готовлюсь к вкусному обеду.	12.20-12.35
Обедаю, узнаю из каких продуктов приготовлены блюда, учусь пользоваться приборами и вести себя за столом	12.35-13.00
Ложусь спать, смотрю добрые сны под спокойную музыку.	13.00-15.00
Минутка здоровья: гимнастика после сна, воздушные ванны.	15.00-15.10
<b>Вкусный полдник</b>	15.10-15.20
Вместе с воспитателем занимаюсь интересными и полезными делами, тружусь, читаю, играю	15.20-15.40
Я познаю окружающий мир, развиваюсь, занимаюсь.	15.40-16.10
Минутка здоровья: речевая/пальчиковая гимнастика	16.10-16.30
Готовлюсь к ужину, ужинаю	16.30-17.00
Мы играем.	17.00-17.20
Готовимся к прогулке, гуляем до ухода детей домой	17.20-19.00

## Теплый период

<b>Режимные моменты</b>	
-------------------------	--

Я встаю, в детский сад прихожу, играю с друзьями. Делаю зарядку, играю.	7.00-8.35
Готовлюсь к завтраку, завтракаю.	8.35 - 9.00
Минутка здоровья: делаю артикуляционную/дыхательную гимнастику. Готовлюсь к занятиям.	9.00 - 9.15
Я познаю окружающий мир, развиваюсь, занимаюсь.	9.15 - 10.00
Меня ждёт вкусный второй завтрак	10.00 - 10.15
Я иду гулять, наблюдаю за явлениями природы, играю. Минутка здоровья: речевые игры (работа над словарным запасом)	10.50 -12.20
Возвращаюсь с прогулки, вспоминаю самое интересное за день (рефлексивный круг), готовлюсь к вкусному обеду.	12.20-12.35
Обедаю, узнаю из каких продуктов приготовлены блюда, учусь пользоваться приборами и вести себя за столом	12.35-13.00
Ложусь спать, смотрю добрые сны под спокойную музыку.	13.00-15.00
Минутка здоровья: гимнастика после сна, воздушные ванны.	15.00-15.10
Вкусный полдник	15.10-15.25
Вместе с воспитателем занимаюсь интересными и полезными делами, тружусь, читаю, играю	15.20-15.40
Я иду гулять, наблюдаю за явлениями природы, играю. Минутка здоровья: речевая/пальчиковая гимнастика	15.40-16.10
Возвращаюсь с прогулки	16.10-16.30
Готовлюсь к ужину, ужинаю	16.30-17.05
Готовимся к прогулке, гуляем до ухода детей домой	17.05-19.00