

## Режим дня подготовительной к школе группы «Капитошка» (6–7 лет)

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

Сезон года: холодный

<b>Режимные мероприятия</b>		<b>Время</b>
<b>наименование</b>	<b>содержание</b>	
Утренний прием / Утренний круг	Осмотр детей, термометрия Технология «Загадка», «Мое настроение», «Линейный календарь».	07.00–08.35
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.35–08.45
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами/ Прием пищи/ Гигиенические процедуры после приема пищи	08.45–09.00
Образовательная нагрузка	Работа в центрах активности	09.00–09.30
Перерыв	Физкультурные минутки	09.30– 09.45
Образовательная нагрузка	Работа в центрах активности	09.45–10.15
Второй завтрак	Подготовка: гигиенические процедуры/ Прием второго завтрака/ Гигиенические процедуры после приема пищи	10.15–10.25
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание/ Прогулка: наблюдение, подвижные игры/ Возвращение с прогулки: переодевание	10.25–12.10
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами/ Прием пищи/ Гигиенические процедуры после приема пищи	12.10–12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати Дневной сон/ Пробуждение: постепенный подъем, закаливание, переодевание	12.30–15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами/ Прием пищи/ Гигиенические процедуры после приема пищи	15.00–15.30
Активность в центрах	Свободный выбор центров активности	15.30–16.20
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание/ Прогулка	16.20–17.15
Ужин	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами/ Прием пищи/ Гигиенические процедуры после приема пищи	17.15–17.30
Вечерний круг	Парные коммуникации, игры в центрах активности	17.30–18.40
Уход домой	Взаимодействие с родителями, индивидуальный контакт	18.40–19.00