



**Режим дня
для детей старшей группы с ЗПР № 3 (5-6 лет)
в холодный период**

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Прием детей, игры, самостоятельная деятельность детей
8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика, пальчиковые, артикуляционные игры/ Индивидуальная работа с учителем-дефектологом, учителем-логопедом
8.30 – 9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 9.25	НОД (Непрерывная образовательная деятельность)
9.25-9.40	Самостоятельная, двигательная деятельность
10.00 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.10 – 13.10	Подготовка к обеду, обед
13.10 – 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10 – 15.30	Подъем, ленивая гимнастика, воздушные ванны
15.30 – 16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00 – 16.25	НОД (Непрерывная образовательная деятельность)/ Чтение художественной литературы
16.25 – 16.40	Самостоятельная деятельность детей, игры
16.40-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой