



## РЕЖИМ ДНЯ

в старшей группе на холодный период года (сентябрь-май)

Режимные моменты	Время	Длительность
Прием, осмотр детей, индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	7.00-9.00	2 часа
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10 мин
1-й завтрак	8.30-8.50	20 мин
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	10 мин
1 занятие	9.00-9.25	25 мин
Динамическая пауза	9.25-9.35	10 мин
2 занятие	9.35-9.55	25 мин
Самостоятельная деятельность детей.	9.55-10.15	20 мин
Совместная деятельность воспитателя с детьми	10.15-10.30	15 мин
2-й завтрак	10.30-10.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игры, трудовые поручения, экспериментирование, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей	10.40-11.55	1ч. 15 мин
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.55-12.10	15 мин
Обед	12.10-12.30	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.10	2 часа 40 мин
Подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику,	15.10-15.30	20 мин
Полдник	15.30- 15.45	15 мин
Совместная деятельность детей и взрослых, развивающие игры	15.45 -16.10	25 мин
Самостоятельная деятельность детей.	16.05-16.35	25 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.35-19.00	2 часа 25 мин