

Режим дня детей в старшей группе

холодный период

| Время | Режимные моменты | Длительность |
|--|---|----------------------------|
| 7.00 – 8.20 | Утренний прием, игры, общение, самостоятельная деятельность | |
| 8.20 – 8.30 | Утренняя гимнастика | |
| 8.35 – 8.45 | Подготовка к завтраку, завтрак | |
| 8.45 – 9.00 | Самостоятельная деятельность | |
| 9.00 – 10.00 | Непосредственно-образовательная деятельность детей | |
| 10.00 – 10.10 | Второй завтрак | |
| 10.25 – 12.20 | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | |
| 12.20 – 12.50 | Подготовка к обеду, обед | |
| 12.50 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон | |
| 15.00 – 15.25 | Подъем, бодрящая гимнастика | |
| 15.25 – 15.45 | Подготовка к полднику, полдник | |
| 15.45 – 15.50 | Игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность детей | |
| 16.00 – 16.25 | Непосредственно – образовательная деятельность | |
| 16.25 – 17.00 | Подготовка к прогулке, прогулка | |
| 17.00 – 17.50 | Подготовка к ужину, ужин | |
| 17.50 – 19.00 | Свободные игры, уход домой | |
| <i>Общий подсчет времени</i> | | |
| | <i>в неделю</i> | <i>в день</i> |
| Непосредственно-образовательная деятельность | 14 занятий 5 ч 50 мин | 1 раз в неделю – 50 мин |
| Совместная игровая деятельность | 25 часов | 5 часов |
| Самостоятельная игровая деятельность | 22, 15 часов | 4 часа 35 мин |