

Режим дня на холодный период **старшая группа** **МБДОУ «Детский сад №65»** **2019/20 учебный год**

№ п\п	Режимные моменты	Старшая группа
1.	<i>Дома:</i> подъем, утренний туалет Прогулка по дороге в детский сад	6.30-7.30
2	<i>В детском саду:</i> Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, индивидуальная и групповая работа с детьми, дежурства	7.00-7.50 (0,50м)
3	Утренняя гимнастика	7.50 (8-10 мин)
4	Подготовка к завтраку, 1 завтрак	8.15-8.35(0,20)
5	Организованная образовательная деятельность (занятия) -1 -2 -3	8.50-9.10(0,20) 9.20-9.45(0,25)/ ср 9.50-10.15 (0,25) 11.35-12.00(0,25) (пн - на воздухе)
6	Подготовка к завтраку, 2 завтрак	9.50-10.05(0,15)/ пн.-9.10-9.25 ср. 9.35-9.50
7	Подготовка к прогулке	10.05-10.20/ пн. 9.25.-9.40 ср. 10.15-10.30
8	Прогулка (<i>игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, физическая культура на воздухе</i>) (<i>продолжительность</i>)	10.20-12.10/ (1ч50м.) пн.9.40 - 11.35 (1ч.55м) ср.10.30-12.10/ (1ч40м)
8	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.10-12.30
9	Обед	12.30-12.50 (0,20)
10	Дневной сон	12.50-15.00 (2ч 10м)
11	Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные, гигиенические процедуры	15.00-15.15
12	Полдник	15.15-15.30(0,15)
13	Организованная образовательная деятельность в группах(занятия)	15.40-16.00(0,20) (вт., чт.)
14	Игры, труд, самостоятельная деятельность	16.00-16.30
15	Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность) (продолжительность)	16.30-18.00 (1ч.30м)
16	<i>Дома:</i> Прогулка Подготовка к ужину, ужин Спокойные игры Гигиенические процедуры Ночной сон	до 18.30 18.45 19.05 20.00 20.30-6.30