

## Режим дня старшей группы (холодный период)

Режимные моменты	Время проведения
Приём, осмотр, игры, дежурство	7.00 – 8.05
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Гигиенические процедуры, завтрак	8.15 – 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
НОД	9.00 – 9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.50 – 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00 -12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 -15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30- 16.00
НОД	16.00 – 16.20
Прогулка (игры, наблюдения)	16.20 -17.40
Возвращение с прогулки	17.40 – 17.50
Подготовка к ужину, ужин	17.50 – 18.10
Игры, уход детей домой	18.10 – 19.00