



Режим дня детей старшей группы №10 «Витаминки»

Возраст детей 5-6 лет	Холодный период
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная, организации дежурств)	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10-08.22
Совместная деятельность, подготовка к завтраку, завтрак	08.22-08.50
Самостоятельная деятельность (индивидуальная работа)	08.50-09.00
НОД (общая длительность, включая перерывы)	09.00-10.30
Динамическая пауза, второй завтрак	10.05-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-12.10
Возвращение с прогулки	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры игры.	15.00-15.20
Самостоятельная деятельность (индивидуальная работа)	15.20-15.45
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00
Самостоятельная деятельность	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00

