

**Режим дня на холодный период года
Старшая группа (с 5 - 6 лет)**

<i>Дома.</i>		
Подъём, утренний туалет		6.30 – 7.00
<i>В детском саду.</i>		
Приём, осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми, игры, беседы с родителями.		7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика		8.10 - 8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)		8.20 - 8.45
Игры, подготовка к образовательной деятельности		8.45 - 8.50
	понедельник	вторник
Непосредственная образовательная деятельность	8.50 – 9.15	8.50 – 9.15
	9.25 – 9.50	9.25 – 9.50
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00
Непосредственная образовательная деятельность	10.00-10.25	10.00-10.25

подготовка к прогулке	10.25-10.45	10.25-10.45
прогулка	10.45 – 12.15	10.45 – 12.15
возвращение с прогулки	12.15 – 12.35	12.15 – 12.35
	среда	четверг
	8.50 – 9.15	8.50 – 9.15
	12.00 – 12.25	12.00 – 12.25
	9.15 – 9.25	9.15 – 9.25
	-----	-----
	9.25 – 9.45	9.25 – 9.45
	9.45 – 11.40	9.45 – 11.40
	11.40 – 12.00	11.40 – 12.00
	пятница	
	8.50 – 9.15	
	9.25 – 9.50	
	9.50 - 10.00	
	10.00 - 10.25	
	10.25 - 10.45	
	10.45 – 12.15	
	12.15 – 12.35	
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)		12.35 – 12.55
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах), дневной сон		12.55 – 15.00
Постепенный подъём после сна, бодрящая гимнастика		15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)		15.20 – 15.45
Игры, досуг, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей		15.45 – 16.00
Чтение художественной литературы		16.00 – 16.20
Подготовка к прогулке		16.20 – 16.40
Прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа, беседа с родителями), постепенный уход детей домой.		16.40 – 19.00
<i>Дома</i>		
Ужин		19.00 – 19.30
Прогулка		19.30 – 20.15
Игры, гигиенические процедуры		20.15 – 20.45

При неблагоприятных погодных условиях: прогулка сокращается, воспитатель организует самостоятельную деятельность детей, проводит индивидуальную работу с детьми, подвижные игры.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4-4,5 час. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°С и скорости ветра более 15 м/с. СанПиН 2.4.1.2791-10