**Режим дня на холодный период года, старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| 6.30 | Подъем, утренняя гимнастика |
| 7.00-8.20 | Прием детей, утренний осмотр, самостоятельная деятельность |
| 8.20-8.35 | Утренняя гимнастика, игры |
| 8.35-8.55 | Подготовка к завтраку, завтрак |
| 9.00-9.259.35-10.0010.10-10.35 | Непосредственно образовательная деятельность |
| 10.35 – 10.45 | Гигиенические процедуры, 2 завтрак |
| 10.45– 12.30 | Подготовка к прогулке, прогулка |
| 12.30-13.00 | Подготовка к обеду, обед |
| 13.00-15.00 | Подготовка ко сну, дневной сон |
| 15.00-15.25 | Постепенный подъем, гимнастика, воздушные и водныепроцедуры. |
| 15.25-15.40 | Подготовка к полднику, полдник |
| 15.40-17.00 | Игры, самостоятельная деятельность  |
| 17.00-17.30 | Уход домой |
| 17.30-20.30 |  Прогулка, возвращение домой, спокойные игры, легкий ужин  |
| 20.30-21.00 | Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, ночной сон |

 **Режим дня на теплый период года, старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| 6.30 | Подъем, утренняя гимнастика |
| 7.00-8.20 | Прием детей, утренний осмотр, самостоятельная деятельность |
| 8.20-8.35 | Утренняя гимнастика, игры |
| 8.35-8.55 | Подготовка к завтраку, завтрак Самостоятельная деятельность |
| 10.35 – 10.55 | Гигиенические процедуры, 2 завтрак. Самостоятельная деятельность |
| 10.00– 12.30 | Подготовка к прогулке, прогулка |
| 12.30-13.00 | Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед |
| 13.00-15.00 | Подготовка ко сну, дневной сон |
| 15.00-15.25 | Постепенный подъем, гимнастика, воздушные и водныепроцедуры. |
| 15.25-15.40 | Подготовка к полднику, полдник |
| 15.40-17.00 | Игры, самостоятельная деятельность на улице  |
| 17.00-17.30 | Уход домой |
| 17.30-20.30 |  Прогулка, возвращение домой, спокойные игры, легкий ужин  |
| 20.30-21.00 | Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, ночной сон |