



Организация режима дня детей (холодный период года)

Старшая группа с 5 до 6 лет

Дома:	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
В детском саду:	
Прием детей, взаимодействие с родителями, самостоятельная игровая деятельность (настольно-печатные, дидактические игры), дежурство	7.00-8.00
Утренняя гимнастика (создание бодрого, жизнерадостного настроения)	8.00-8.10
Игры, самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак (обучение культуре еды)	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, трудовые поручения, игровые упражнения)	10.10-11.50
Возвращение с прогулки, игры (совершенствование навыков самообслуживания)	11.50-12.15
Подготовка к обеду, обед (совершенствование навыков правильного питания)	12.15-12.45
Подготовка ко сну (закаливающие процедуры), дневной сон (создание благоприятной обстановки)	12.45-15.15
Постепенный подъем (воздушные процедуры, бодрящая гимнастика)	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность (познавательно-исследовательская, художественно-творческая деятельность, продуктивная)	15.35-16.05
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.05-16.30
Игры, самостоятельная деятельность	16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры	17.00-18.20
Возвращение с прогулки, уход детей домой	18.20-19.00
Дома:	
Прогулка	19.00-19.40
Возвращение домой, гигиенические процедуры, легкий ужин	19.40-20.10
Спокойные игры, подготовка ко сну	20.10-20.40
Ночной сон	20.45-6.30
	(7.30)