



Утверждаю  
Гарбулева Е.И.  
Приказ №173 от 03.09.2019

Режим дня (режим приёма пищи) в старшей группе на 2020-2021 учебный год.

Холодный период года.

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	9.00 – 9.25
Перерыв между периодами непосредственно образовательной деятельности	9.25 – 9.35
Непрерывная непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	9.35 – 9.55
Игры, самостоятельная деятельность	9.55 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам, самостоятельная деятельность, подвижные игры), возвращение с прогулки	10.15 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.50
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.50 – 13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, пробуждающая гимнастика, воздушные, гигиенические процедуры	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации)	15.30 – 15.55
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	15.55 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.40
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры), уход детей домой	17.40 – 19.00