**РЕЖИМ ДНЯ**

**Старшая группа**

**(5 лет до - 6лет)**

(холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.15 |
| Подготовка к утренней гимнастике, гимнастика | 8.15 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак. | 8.25 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.50 – 9.00 |
| Организованная детская деятельность, занятия со специалистами1 | 9.00 – 10.35 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.35 – 12.20 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.20 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 12.45 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.45– 15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность | 15.00 – 16.05 |
| Подготовка к полднику, полдник | 16.05 – 16.20 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 16.20 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 16.50 – 19.00 |

1 - указана общая длительность, включая перерывы