

Режим дня в холодный период года в старшей группе д/с 2020-2021 г.



*Утверждено
завершено*

ДОМА: Подъем, утренний туалет	6.00 – 7.30
В ДЕТСКОМ САДУ: Прием, осмотр детей, самостоятельная деятельность	6.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8.10 – 8.30
Совместная деятельность со взрослыми, самостоятельная деятельность	8.30 – 9.10
Организованная образовательная деятельность (ООД)	9.10-9.30 9.40-10.05
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	10.05 - 10.15
Подготовка к прогулке, ПРОГУЛКА	10.20 – 12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, ОБЕД	12.30 – 12.40 12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, СОН	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры после сна, ПОЛДНИК	15.00-15.20 15.20 – 15.40
Самостоятельная деятельность, игры, труд, совместная деятельность со взрослыми	15. 40 – 16.40 15.40-16.15 (вторник, среда)
Подготовка к ужину, УЖИН	16.40 – 17.00
Организованная образовательная деятельность	16.15-16.40 (вторник, среда)
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.00 – 18.00
ДОМА: Прогулка, Возвращение с прогулки, УЖИН	18.00 – 18.30 18.30 – 19.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.00
Ночной сон	20.00 – 6.00