



Утверждаю

Заведующая МБДОУ

МБДОУ  
«Искровский детский сад»

Синичева С.М.

2020г.

Режим дня в холодный период года

Старшая группа «Фантазёры»

№	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	5-6лет
1	Приём детей ,игровая деятельность, индивидуальная работа с детьми	6.45-8.10
2	Утренняя гимнастика	8.10-8.20
3	Подготовка к завтраку	8.20- 8.35
4	Завтрак	8.35.-8.55.
5	Самостоятельная деятельность , игровая деятельность	8.55-9.00
6	Подготовка к НОД, НОД	9.00-10.30
7	Второй завтрак	10.00-10.30.
8	Подготовка к прогулке , прогулка	10.30-10.50 - 12.15
9	Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30-13-00
10	Дневной сон	13.00-15.00
11	Постепенный подъём ,закаливающие процедуры	15.00-15.25
12	Подготовка к полднику , «уплотнённый» полдник	15.25- 15.40
13	Самостоятельная деятельность, игры , НОД ,индивидуальная работа, труд	15.40-16.10
14	Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-16.10-17.10
15	Уход домой, работа с родителями	17.10-17.15