



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ №153
Г.И. Серебрякова
Приказ № 68/2 о/д от 30.08.2023

Режим дня на холодный период года

Старшая группа

Время	Режимные моменты
7.00-8.20	Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, общение
8.20-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игры и свободное общение детей, подготовка ОД
9.00- 9.25 9.35 -10.00	Основная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)
10.00 -12.20	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
12.20 -12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-13.00	Закаливающие мероприятия, релакс. гимнастика перед сном
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон
15.30-15.45	Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры
15.45-16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00-17.25	Игры, досуги, допобразование, ООД, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей Подготовка к прогулке, прогулка
17.25-17.50	Подготовка к ужину, ужин
17.50 - 19.00	Игры. Уход детей домой