

Режим дня старшая группа

| Наименование | Содержание | старшая |
|--|---|---------------|
| Утренний приём | Осмотр детей, термометрия, игровая деятельность, индивидуальное общение воспитателя с детьми, различные игры | 7.00-8.00 |
| Утренняя гимнастика | Упражнения со спортивным инвентарем и без него | 8.00-8.10 |
| Самостоятельная деятельность | Общение с воспитателем, индивидуальное общение воспитателя с детьми, предварительная работа к занятию | 8.10-8.30 |
| Завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи | 8.30 -9.00 |
| Образовательная нагрузка 1 | Занятие | 09.00-09.25 |
| Перерыв | Физкультурные минутки | 9.25-9.35 |
| Образовательная нагрузка 2 | Занятие | 9.35 -10.00 |
| Самостоятельная деятельность. | Отдых, игры | 10.00-10.15 |
| 2-й завтрак | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи | 10.15 – 10.30 |
| Прогулка, двигательная активность | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, беседы, подвижные игры, труд, экспериментирование | 10.30-12.10 |
| Возвращение с прогулки | переодевание | 12.10-12.20 |
| Обед | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи | 12.20-12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; | 12.40-15.10 |
| Пробуждение: | постепенный подъем, воздушные процедуры, переодевание | 15.10- 15.25 |
| Полдник | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи | 15.25 -15.45 |
| Образовательная нагрузка 3 | Образовательная нагрузка 3 | 15.45-16.10 |
| Прогулка, двигательная активность (при t не ниже 5 ⁰) | Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, подвижные игры, труд, экспериментирование | 16.10 – 18.05 |
| Возвращение с прогулки | переодевание | 18.05- 18.15 |
| Самостоятельная деятельность (в морозные дни, при t ниже 15 ⁰) | Игры, досуг, общение и деятельность по интересам, театрализация, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности Круговая деятельность. | 16.10- 18.15 |
| Подготовка к ужину | Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; | 18.15- 18.25 |
| Ужин | Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи | 18.25-18.40 |
| Уход домой | Работа с родителями | 18.40-19.00 |