

**Организация режима пребывания детей в ДОУ
на холодный период года (сентябрь – май)**

Режимные моменты Старшая группа (5 – 6 лет)	Время
Утренний прием, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми	7.00 – 7.30
Самостоятельная деятельность	7.30 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность (1)	9.00 – 9.25
Самостоятельная деятельность	9.25 – 9.35
Непосредственно образовательная деятельность (2)	9.35 – 10.00
Самостоятельная деятельность	10.00 – 10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30 – 11.10
Самостоятельная деятельность на прогулке	11.10 – 11.45
Прогулка, возвращение с прогулки	11.45 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.55
Релаксирующая гимнастика перед сном	12.55 – 13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 – 15.20
Непосредственно образовательная деятельность	15.20 – 15.45
Игры, досуги, общение, чтение художественной литературы	15.45 – 16.00
Самостоятельная деятельность	16.00 – 16.20
Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 – 18.20
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.20 – 19.00