



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МДОУ «Д\с № 183»
ЕН Первунинская

2020г

Режим дня (холодный период) Старшая группа

7.00-8.15	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.15-8.25	Утренняя гимнастика
8.25-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-9.00	Утренний круг
9.00-10.30	Организованная образовательная и самостоятельная деятельность детей
10.30-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка
12.00-12.20	Возвращение с прогулки
12.20-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.00	Подготовка ко сну, сон
15.00-15.10	Постепенный подъем, самостоятельная деятельность
15.05-15.15	Полдник
15.20-16.00	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность
16.00-16.30	Подготовка к ужину. Ужин
16.30-16.40	Вечерний круг.
16.40-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка
18.00-18.30	Совместная деятельность (ЧХЛ)
18.30-19.00	Самостоятельная деятельность, уход домой