

Режим дня детей старше-подготовительной (от 5 до 7 лет)

Холодный период года

Режимные моменты	Время
Прием детей, взаимодействие с семьей, осмотр, игровая деятельность подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика. Утренний круг.	07.30 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, труд, подвижные игры на прогулке, индивидуальная и подгрупповая работа, совместная деятельность	10.40-12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы для детей	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия: гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, дыхательная гимнастика, совместная деятельность.	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.45 – 16.00
Игровая деятельность, самостоятельная деятельность, игры и упражнения оздоровительной направленности. Подготовка к прогулке, прогулка: совместная деятельность, индивидуальная работа, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры, взаимодействие с семьей. Уход домой.	16.00 -18.00

Тёплый период года

Режимные моменты	Время
Утренний приём, игры, утренняя гимнастика на свежем воздухе. Утренний круг.	07.30 – 08.25
Возвращение в группу, дыхательная, зрительная, пальчиковая гимнастика, мытьё лица и рук до локтя прохладной водой.	08.25 – 08.45
Подготовка к завтраку, завтрак, (полоскание полости рта после завтрака)	08.45 -09.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	09.00 -09.15
Подготовка к прогулке, прогулка: совместная деятельность физкультурно-оздоровительного и художественно – эстетического цикла, подвижные игры на прогулке, индивидуальная и подгрупповая работа, совместная деятельность педагога и детей	09.15 -12.15
Второй завтрак	10.30-10.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.15 -12.30
Подготовка к обеду, обед (полоскание рта после обеда)	12.30 -13.00
Подготовка ко сну. Сон с доступом свежего воздуха	13.00 -15.30
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения. Дорожка здоровья	15.30 –15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (полоскание полости рта после полдника)	15.45 -16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, совместная деятельность индивидуальная работа воспитателя с детьми, беседы с родителями, уход домой	16.00 -18.00