



**Режим дня в старшей подгруппе  
Теплый период (июнь - август)**

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.20	Утренний прием на свежем воздухе (при неблагоприятных погодных условиях в группе). Игры, общение.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика.
8.30 – 8.40	Подготовка к завтраку. Дежурство.
8.40 – 8.50	Завтрак.
8.50 – 9.30	Игры, свободное общение детей. Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации
9.30 – 9.40	Подготовка к прогулке
9.40 – 12.00	Прогулка (II завтрак 10.00 – 10.10)
12.00 – 12.20	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед.
12.20 -15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные, закаливающие процедуры.
15.20 – 15.40	Полдник.
15.40 – 16.20	Игры, досуги, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей.
16.20 – 18.00	Подготовка к прогулке. Прогулка.
18.00	Уход домой

**Прием детей на улице – 0ч.50мин.  
Дневная прогулка – 2 час 20 мин.  
Прогулка после полдника – 1 час 40 мин.**

**Итого: 4 час. 50 мин.**



Утверждаю  
Директор МБОУ «  
Шилтовской СОШ»  
Д.С.Ширинова

**Режим дня в старшей группе  
Холодный период (сентябрь -май)**

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.15	Утренний прием на свежем воздухе (при неблагоприятных погодных условиях в группе). Игры, общение.
8.15 – 8.25	Утренняя гимнастика.
8.25 – 8.35	Подготовка к завтраку. Дежурство.
8.35 – 8.50	Завтрак.
8.50 – 9.00	Игры и свободное общение детей.
9.00 -10.00	Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации Понедельник – 9.00 -10.00 Вторник – 9.00 -10.00 Среда – 9.00 -10.35 Четверг – 9.00 -10.00 Пятница – 9.00 -10.35
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.20 – 10.30	Подготовка к прогулке (среда/ пятница 10.35)
10.30 – 12.10	Прогулка (среда/ пятница 10.35 – 12.10)
12.10 – 12.20	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Дежурство.
12.20 -12.40	Обед.
12.40 – 12.50	Подготовка ко сну. Чтение (восприятие) художественной литературы.
12.50– 15.00	Дневной сон.
15.00 – 15.15	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные, закаливающие процедуры.
15.15 – 15.30	Полдник.
15.30 – 16.15	Игры, досуги, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей.
15.50-16.15	Непосредственно образовательная деятельность
16.15 – 18.00	Подготовка к прогулке. Прогулка.
18.00	Уход домой

Прием детей на улице – 45мин.  
Дневная прогулка – 1 час 40 мин. (среда/пятница - 1 час 35мин.)  
Прогулка после полдника – 1 час 45 мин.

Итого: 4 часа 10 мин. (понедельник, вторник, четверг)  
4 часа 05 мин. (среда, пятница)