**Режим дня**

**Старшая группа №11**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** | | **Режимные моменты** | **Время** |
| **Холодный период года (сентябрь - май)** | | | **Теплый период года (июнь - август)** | |
| Прием и осмотр  Утренняя гимнастика | | 7.30- 8.30 | Прием и осмотр  Утренняя гимнастика | 7.30- 8.30 |
| Завтрак | | 8.30- 8.50 | Завтрак | 8.30- 8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям | | 8.50-9.00 | Игры, подготовка к занятиям | 8.50- 9.50 |
| Занятия | | 9.00- 9.30;  9.40- 10.10;  10.20- 10.50 | Витаминизированный завтрак | 10.00- 10.05 |
| Игры, подготовка к прогулке,  прогулка | | 10.50- 12.35 | Игры, наблюдения, воздушные, солнечные ванны | 10.05- 11.45 |
| Возвращение с прогулки | | 12.35- 12.45 | Водные процедуры | 11.45- 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | | 12.45- 13.15 | Подготовка к обеду, обед | 12.20- 12.40 |
| Подготовка к сну, дневной сон | | 13.15- 15.00 | Дневной сон | 12.40- 15.30 |
| Подъем, воздушно - водные процедуры | | 15.00- 15.25 | Подъем, воздушно - водные процедуры, игры, самостоятельная деятельность | 15.30- 16.15 |
| Подготовка к ужину, ужин | | 15.25- 16.20 | Подготовка к ужину, ужин | 16.15- 16.30 |
| Игры, самостоятельная деятельность | | 16.20- 17.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, игры | 16.30- 17.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | | 17.00- 17.45 | Уход детей домой | 17.30- 18.00 |
| Игры, уход детей домой | | 17.45- 18.00 |  |  |