

РЕЖИМ ДНЯ
на холодный период старших групп «Колобок» и «Аленушка»
с 12 часовым пребыванием детей
(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13)

Режимные мероприятия	5-6 лет
Прием, осмотр детей; Самостоятельная деятельность детей индивидуальная работа с детьми	7 ⁰⁰ -8 ¹⁰ (70 мин)
Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)
Непосредственно образовательная деятельность	9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин)
Самостоятельная деятельность детей	9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин)
Непосредственно образовательная деятельность	9 ³⁵ -10 ⁰⁰ (25 мин)
Непосредственно-образовательная деятельность	12 ⁰⁰ -12 ²⁵ (25 мин)
Самостоятельная деятельность детей	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)
Подготовка к прогулке	10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке	10 ²⁰ -12 ²⁰ (2 ч)
	35 мин.
Самостоятельная деятельность детей	12 ²⁰ -12 ³⁵ (15 мин)
Подготовка к обеду ОБЕД	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)
СОН	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2ч.)
Подъем; закаливающие процедуры	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
Непосредственно образовательная деятельность, кружковая деятельность (вторник, четверг)	15 ¹⁰ -15 ³⁵ (25 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	15 ⁵⁰ -16 ²⁵ (35мин)
Подготовка к прогулке	16 ²⁵ -16 ³⁵ (10 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке; Уход домой.	16 ³⁵ -19 ⁰⁰

РЕЖИМ ДНЯ

старших групп «Колобок», «Аленушка»

с 12 часовым пребыванием детей. Тёплый период

(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13)

Режимные мероприятия	5-6 лет
	7 ⁰⁰ -8 ¹⁰ (1ч. 10 мин)
Прием детей на воздухе	
Утренняя гимнастика На воздухе	8 ¹⁰ -8 ²⁰ (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)
Подготовка к прогулке	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (10 мин)
ПРОГУЛКА (ход- физкультура, рисование, лепка, чтение художественной литературы, музыка во время прогулки) Самостоятельная деятельность детей на прогулке	9 ¹⁰ -12 ²⁵ (3ч 15 м)
	35 мин.
Подготовка к обеду ОБЕД	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)
Подготовка ко сну	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)
СОН	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2ч.)
Подъем; закаливающие процедуры	15 ⁰⁰ -15 ¹⁰ (10 мин)
кружковая деятельность (вторник, четверг)	15 ¹⁰ -15 ³⁵ (25 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15 ³⁵ -15 ⁵⁰ (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	15 ⁵⁰ -16 ²⁵ (35мин)
Подготовка к прогулке	16 ²⁵ -16 ³⁵ (10 мин)
ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке; Уход домой.	16 ³⁵ -19 ⁰⁰