

**Режим дня и образовательной деятельности
старшей группы Б комбинированной направленности (холодное время года)**

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей, двигательная активность.	07.00-08.10
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.10-08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.20-09.10
Образовательная нагрузка	НОД 1, 2 по подгруппам (указано время НОД с перерывами)	9.10-10.30
Двигательная активность	Физминутка 10 минут между НОД, 3-5 минут во время НОД	
Самостоятельная деятельность	Самостоятельная игровая деятельность в больших перерывах между НОД	
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.30-10.40
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг. Игры.	10.40-11.00
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: подвижные игры. Возвращение с прогулки, переодевание.	11.00-12.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	12.30-12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, переодевание.	12.50-15.30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	15.30-15.40
Образовательная деятельность	НОД	15:40-16:05
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка, подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание.	16.05-18.10
Игры. Ужин. Уход домой	Игры. Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи. Уход детей домой.	18.10-19.00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341426

Владелец Чернякова Алена Валерьевна

Действителен с 02.09.2022 по 02.09.2023