

Режим дня и образовательной деятельности старшей группы А (холодное время года)

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей, двигательная активность.	07.00-08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него.	08.00-08.10
Самостоятельная деятельность	Игровая деятельность	08.10-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	08.30-09.05
Образовательная нагрузка	НОД 1, 2 (указано время НОД с перерывами)	9.05-10.35
Двигательная активность	Физминутка (не менее 10 минут между НОД, 3-5 минут во время НОД)	
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг. Игры в больших перерывах между НОД	
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи.	10.35-10.45
Самостоятельная деятельность	Спокойный досуг. Игры.	10.45-11.00
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.	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.	15.30-15.45
Образовательная нагрузка	Самостоятельная игровая деятельность	15.45-16.10
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка, подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание.	16.10-18.10
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