**Режим дня**

**Старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время в режиме дня** |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, дежурство | 6.30-8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-8.50 |
| Самостоятельная деятельность | 8.50-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность | 9.00-10.35 |
| Второй завтрак | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.35-12.25 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду. | 12.25-12.40 |
| Обед | 12.40-13.00 |
| Спокойные игры, подготовка ко сну | 12.50-13.00 |
| Дневной сон | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.20 |
| Полдник | 15.30-15.40 |
| Непосредственно-образовательная деятельность | 15.40-16.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.40-18.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, постепенный уход домой. | 18.00-18.30 |