



**Режим дня детей старшей группы «Почемучки»
на 2023-2024 учебный год.
(холодный период года)**

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-10.20 10.20-11.50
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.00 15.00-15.15
Полдник	15.15-15.35
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.35-16.00
Занятия (по необходимости)	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-16.10 16.10-17.45
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.45-18.10
Ужин	18.10-18.20
Самостоятельная деятельность	18.20-19.00
Уход домой	до 19.00