«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ д/с №16
_____И.В. Черняева

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

на 2020 – 2021 учебный год

(старшая группа)

Время	Вид деятельности
7.00 – 8.10	Приём детей, осмотр, утренний фильтр, игровая деятельность, индивидуальная работа, наблюдения, работа с родителями.
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков. Завтрак.
8.50 – 9.00	Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.
9.00 – 10.30	Непосредственно образовательная деятельность
10.30 – 12.00	2 – завтрак. Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.00 – 12.20	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
12.20 – 13.00	Обед. Подготовка ко сну.
12.50 – 15.00	Дневной сон.
15.00 – 15.10	Подъём. Закаливающие процедуры.
15.10 – 15.35	Подготовка к полднику. Полдник.
15.35 – 16.00	Непосредственно образовательная деятельность/ Кружковая деятельность
16.00 – 16.25	Занятия по интересам. Развлечения. Кружковая деятельность
16.20 – 16.50	Подготовка к ужину. Ужин.
16. 50 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Занятия по интересам. Уход детей домой.