**Режим дня**

**на 2020-2021 учебный год**

**старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Вид деятельности*** | ***Время*** |
| Прием, осмотр, самостоятельная деятельность | 07.00-08.10 |
| Утренняя гимнастика | 08.10-08.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.25-08.50 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 08.50-09.00 |
| Утренний сбор, непосредственно образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-10.30 |
| 2 завтрак | 10.00-10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность | 10.50-12.30 |
| при температуре воздуха  ниже -15 градусов  и скорости ветра более 15 м/секунду | Прогулка сокращается  В оставшееся время проводятся тематические мероприятия эстетического и оздоровительного цикла (музыкально - театрализованные, спортивные развлечения, выставки, творческая деятельность и т.д.) |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.30-12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.40-13.10 |
| Подготовка ко сну, сон | 13.10-15.00 |
| Дневной сон | 1 час 50 минут |
| Подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.30 |
| Самостоятельная и организованная деятельность детей, игры. | 15.25-17.15 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.15-17.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 17.25-19.00 |