

**Режим дня
 детей старшей группы
 (холодный период)**

Время	Режимный момент	Организованные формы	Длительность, мин
7.00 – 7.45	Прием детей свободная игра, сам. деятельность, индивид. работа /Взаимодействие с родителями	ВЗсР САМ Д и СОВ Д	45 мин
7.45 – 8.00	Часть, формируемая участниками ОП Минуты безопасности, «Уроки здоровья»	СОВ Д	15 мин
8.00 – 8.10	Совместная деятельность, труд	СОВ Д	10 мин
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика	СОВ Д	10 мин
8.20 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак	РМ	20 мин
8.40 – 8.55	Часть, формируемая участниками ОП (игротерапия, су-джок, гимнастика (артикуляционная, дыхательная)	СОВ Д	15 мин
8.55 – 9.00	Подготовка к занятиям	СОВ Д	5 мин
9.00 - 10.40	Непрерывная образовательная деятельность	НОД	50 мин
	Двигательная активность.		10 мин
	Игровая деятельность	СОВ Д и САМ Д	25 мин
	Часть, формируемая участниками ОП (игры, чтение)	СОВ Д	15 мин
10.40 – 10.50	Подготовка к прогулке	РМ	10 мин
10.50 – 12.15	Дневная прогулка	СОВ Д	85 мин
	Наблюдение	СОВ Д	10 мин
	Трудовая деятельность	СОВ Д	8 мин
	Часть, формируемая участниками ОП Оздоровительные игры	СОВ Д	15 мин
	Часть, формируемая участниками ОП Совместная деятельность в художественном творчестве, познавательно-исследовательской деятельности	СОВ Д	15 мин
	Игровая деятельность	САМ Д	25 мин
	Подвижные игры	СОВ Д	12 мин
12.15 – 12.30	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	РМ	15 мин
12.30 – 12.55	Обед	РМ	25 мин
12.55 – 13.00	Подготовка ко сну.	РМ	5 мин
13.00 – 15.00	Дневной сон		120 мин
15.00 – 15.05	Подъем. «Ленивая гимнастика»	РМ	5 мин
15.05 – 15.15	Часть, формируемая участниками ОП Оздоровительный бег, корригирующая гимнастика психогимнастика	СОВ Д	10 мин
15.15 – 15.25	Закаливание, одевание	РМ	10 мин
15.25 - 15.50	Самостоятельная игровая деятельность	САМ Д	25 мин
15.50 - 16.25	Совместные развивающие игры	СОВ Д	10 мин
	НОД	НОД	25 мин
16.25 – 16.45	Подготовка к полднику. Полдник	РМ	20 мин
16.45 – 16.55	Часть, формируемая участниками ОП (чтение, минутки познания)	СОВ Д	10 мин
16.55 – 17.05	Подготовка к прогулке	РМ	10 мин
17.05 – 19.00	Прогулка. Уход домой // Взаимодействие с родителями. Часть, формируемая участниками ОП	САМ Д и СОВ Д	115 мин
	(подвижные игры)	ВЗсР	20 мин
Итого			570 мин
Время на реализацию обязательной части			470 мин
Время на реализацию части, формируемой участниками образовательных отношений			100 мин