

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ д/с № 69

Иванова М.Ю.

31.08.2021.



РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД  
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ № 1 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

<i>Дома</i>	
Подъем	07.00-07.30
<i>В детском саду</i>	
Приём детей, сюжетно-ролевая игра по замыслу, конструктивно-модельная деятельность с опорой на схему, заучивание наизусть, рисование.	07.00-08.15
Утренняя гимнастика и комплекс закаливающих процедур.	08.15-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	08.25-08.50
Ситуативные беседы, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.50-09.00
Непрерывная организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами, физкультминутки.	<i>См. Гибкий режим образовательной нагрузки</i>
Речь с движением.	
Дидактические игры по подгруппам.	
Второй завтрак.	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка: подвижные игры, спортивные упражнения, наблюдения, индивидуальная работа, осуществление контроля общего состояния обучающихся, профилактика переохлаждения.	10.25-12.25
Возвращение с прогулки, восприятие художественной литературы, словесное творчество, подготовка к обеду.	12.30-12.40
Обед.	12.40-13.10
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон.	13.10-15.10
Подъём, бодрящая и корригирующая гимнастики после сна, воздушные контрастные ванны, подготовка к полднику.	15.10-15.25
Полдник.	15.25-15.45
Самостоятельная деятельность под руководством взрослого.	<i>См. Гибкий режим образовательной нагрузки</i>
Непрерывная образовательная деятельность, физкультминутки.	
Динамическая пауза.	
Проблемные ситуации поискового характера, проектная деятельность, экспериментирование, «Петербурговедение», составление описательных рассказов по алгоритму, сочинение загадок и сказок и др.	
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка (игры, наблюдение, самостоятельная деятельность).	16.40-18.50
Возвращение в детский сад, спокойные игры.	18.50-19.00
Уход домой.	19.00
<i>Дома</i>	
Вечерняя прогулка, возвращение домой, ужин, чтение, поддерживающие и профилактические процедуры, гигиенические процедуры.	19.00-20.30
Ночной сон.	20.30-07.00