

**Распорядок дня в старшей, подготовительной группе  
ГКДОУ «Донской детский-сад комбинированного вида «Теремок»  
Волновахского м.о.» ДНР**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
<b>Холодный период</b>	
Дежурная группа	7.00-7.30 16.30-17.30
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7:00–8.00
Утренняя зарядка (гимнастика) / утренний круг	8.00–8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30–8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.50–9.00
Занятие 1	9.00–9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30–9.40
Занятие 2	9.40–10.10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10.10–10.20
Занятие 3	10.20–10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.50–12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30–13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00–15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30–15.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.50–16.30
Самостоятельная деятельность детей	16.30–17.30
<b>Теплый период</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Дежурная группа	7.00-7.30 16.30-17.30
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00–8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30–8.50
Подготовка к прогулке, прогулка	8.50–9.00
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9.00–9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30–9.40
Занятие 2	9.40–10.10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10.10–10.20
Занятие 3	10.20–10.50
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10.50–12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30–13.00

Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00–15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30–15.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15.50–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30–17.30