



Режим дня

старшая группа (5-6 лет)

(с 1 сентября 2023 г. по 31 мая 2024 г.)

Дома	
Подъем, утренний туалет, закаливание	6.30 (7.00) – 7.30
В дошкольном учреждении	
Утренний прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	7.00 – 8.30
Завтрак (КГН)	8.30 – 8.45
Утренний круг	8.45 – 9.00 (9.10)
Образовательная деятельность (в форме занятий)	9.00 – 10.00 (9.10 -10.10)
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка прогулке)	10.10 – 10.50
Прогулка (игры, наблюдения, общественно-полезный труд)	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки	12.20 - 12.40
Обед	12.40 – 13.00
Самостоятельная деятельность детей (КГН, подготовка ко сну)	13.00 – 13.10
Дневной сон	13.10 – 15.10
Постепенный подъем, закаливание	15.10 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Образовательная деятельность (ДОО)	15.45 – 16.30 (17.00)
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	15.45 – 16.20
Прогулка, самостоятельная деятельность детей (уход домой для групп сокращенного дня)	16.20 – 17.15 (17.30)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена)	17.15 – 17.30
Ужин	17.30 – 17.40
Самостоятельная деятельность, уход домой	17.40 – 19.00
Дома	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, самостоятельная деятельность детей	19.00 – 20.30 (21.00)
Ночной сон	20.30 (21.00) – 06.30 (07.30)

