



УТВЕРЖДАЮ
Е.М.Рыжова

Режим дня старшей группы (5-6 лет)

Холодный период года

<i>Холодный период</i>	
Дома	
Подъем, утренний туалет	06.30(07.00)-07.30
В дошкольном учреждении	
Прием и осмотр, игры, общественно полезный труд, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, общественно полезный труд	8.40-8.55
Игры, самостоятельная деятельность,	8.55-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.25 9.35-09.55
Подготовка ко 2 завтраку, завтрак	09.55- 10.25
Игры, подготовка к прогулке, общественно полезный труд, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.25-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, закаливание	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Непосредственно образовательная деятельность (2-3 раза в неделю)	15.40-16.05
Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей, общественно полезный труд	16.15-18.00
Дома	
Прогулка	18.30(19.00)-19.15(19.45)
Возвращение с прогулки, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры	19.15(19.45)-20.45(21.00)
Укладывание, ночной сон	20.45(21.00)-6.30 (7.30)