

Режим в старшей группе

(5-6 лет)

(Холодный период года)

<u>В дошкольном учреждении</u>	
Прием детей, осмотр детей, игры, общение, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.20
Дежурство, подготовка к завтраку	8.20 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.50 - 9.00
Занятия	9.00 – 9.25 9.35 - 10.00
Игровая деятельность	10.00 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке	10.40 – 10.50
Прогулка	10.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00 -12.15
Обед	12.15 - 12.35
Подготовка ко сну	12.35 – 12.45
Сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры	15.15 - 15.35
Занятия или игровая деятельность	15.35 - 16.00
Усиленный полдник	16.00 - 16.20
Подготовка к прогулке	16.20 -16.30
Прогулка	16.30 - 18.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	18.20 - 18.30
Ужин	18.30
Уход детей домой	до 19.00