



Утверждено
приказом заведующего МАДОУ
от 29.08.2023г. № 96 «Б»

Режим дня
Старшая группа (с 5 – до 6 лет)
холодный период года

Режимные процессы	Время
Дома: Подъем, утренний туалет	6.00 – 7.00
В детском саду: Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Завтрак	8.20 – 8.45
Игра, подготовка к занятиям	8.45 – 9.00
Занятия 1.	9.00 – 9.25
2.	9.35 – 10.00
Физическая культура (понедельник)	10.30 – 10.55
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки	11.40 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Занятия (по необходимости)	15.45 – 16.10
Игра, самостоятельная деятельность детей	16.10 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	16.30 – 17.00
Уход детей домой	До 17.00
Дома: Прогулка, возвращение с прогулки	17.00 – 18.30
Ужин	18.30 – 19.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.50
Ночной сон	20.50 – 6.00 (7.00)