



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



**Режим дня  
Подготовительная группа № 2 (с 6 до 7 лет)  
холодный период года**

| Режимные процессы  | Старшая группа      |
|--|---------------------|
| <b><u>Дома:</u></b><br>Подъем, утренний туалет   | 6.00 – 7.00         |
| <b><u>В детском саду:</u></b><br>Утренний прием детей, игры,<br>самостоятельная деятельность | 6.30 – 8.20         |
| Утренняя гимнастика  | 8.20 – 8.30         |
| Завтрак  | 8.30 – 9.00         |
| Занятия      1.  | 9.00 – 9.30         |
| 2.   | 9.40 – 10.10        |
| 3.   | 10.30 – 11.00       |
| Второй завтрак   | 10.10 – 10.20       |
| Подготовка к прогулке, прогулка  | 11.00 – 12.00       |
| Возвращение с прогулки   | 12.00 – 12.10       |
| Обед   | 12.10 – 12.30       |
| Подготовка ко сну, сон   | 12.30 – 15.00       |
| Постепенный подъем детей, закаливающие<br>процедуры  | 15.00 – 15.25       |
| Полдник  | 15.25 – 15.45       |
| Игра, самостоятельная деятельность детей   | 15.45 – 16.30       |
| Подготовка к прогулке, прогулка,<br>самостоятельная деятельность детей                       | 16.30 – 17.00       |
| Уход детей домой   | До 17.00            |
| <b><u>Дома:</u></b><br>Прогулка, возвращение с прогулки                                      | 17.00 – 18.30       |
| Ужин   | 18.30 – 19.00       |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры  | 19.00 – 21.00       |
| Ночной сон   | 21.00 – 6.00 (7.00) |