

СОГЛАСОВАНО:
Сестра медицинская старшая
_____ А.И. Антоненко



УТВЕРЖДАЮ:
И.о. заведующего
_____ Н.Л. Винковская

Режим дня старшей группы (5–6 лет) на осенне-зимний период

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	- Осмотр детей, термометрия; - игры детей; - самостоятельная деятельность дошкольников	07.00 – 08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00 – 08.10
Подготовка к приему пищи	гигиенические процедуры, посадка детей за столами;	08.10– 08.20
Завтрак	- прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи	8.20 – 8.35
Самостоятельная деятельность		8.35 – 9.00
Образовательная нагрузка	Занятие 1	09.00 – 09.25
Перерыв	Физкультурные минутки	09.25 – 09.35
Образовательная нагрузка	Занятие 2	09.35 – 10.00
Второй завтрак		10.00– 10.10
Прогулка	- Подготовка к прогулке: переодевание; - прогулка; - возвращение с прогулки: переодевание	10.15– 12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами	12.30– 12.50

	Прием пищи	
	Гигиенические процедуры после приема пищи	
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати	12.50 – 13.00
	Дневной сон	13.00 – 15.00
	Пробуждение: гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, закаливания	15.00 – 15.15
Полдник	• Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами • прием пищи • гигиенические процедуры после приема пищи	15.15 – 15.30
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам	15.30 – 16.00
Прогулка, двигательная активность, уход домой	• Подготовка к прогулке: переодевание; • прогулка: подвижные игры	16.00 – 17.30