



Утверждаю
Заведующая МАДОУ №414
Пирская Т.Б.

Примерный режим дня в старшей группе (5-6 лет).

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность.	9.00-10.00
Второй завтрак.	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки.	10.15-12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00-12.30
Игры, самостоятельная деятельность.	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон.	13.00-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры полдник (уплотненный).	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	16.25 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин (дополнительное питание).	17.00 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.30 – 19.00

Примерный режим дня в подготовительной группе (6-7 лет).

Содержание	Время
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность.	9.00-10.00
Второй завтрак.	10.00-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки.	10.15-12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00-12.30
Игры, самостоятельная деятельность.	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон.	13.00-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры полдник (уплотненный).	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	16.00 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин (дополнительное питание).	17.00 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.30 – 19.00

