

«Согласовано»

Старшая мед. сестра МБДОУ №76 «Ветерок»

Полуэктова В.С.

«14» мая 2026 г.



РЕЖИМ ДНЯ
в старшей группе № 5 (5-6 лет)
теплый период года

Мероприятия	Время
Прием детей на участке (проведение термометрии; игры; общение с родителями; самостоятельная деятельность).	6.00 - 8.05
Утренняя гимнастика на прогулке.	7.50 - 8.00
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры, посадка детей за столами).	8.05 - 8.25
Завтрак.	8.25 - 8.55
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа, совместная и самостоятельная деятельность, тематические дни; музыкальные и спортивные праздники, досуги, экскурсии).	8.55-11.45
Занятия на прогулке.	10.15-10.40
Подготовка ко второму завтраку (гигиенические процедуры, посадка детей за столами), второй завтрак; гигиенические процедуры после приема пищи.	9.40-9.55
Возвращение с прогулки, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами.	11.45-12.00
Обед	12.00-12.30
Гигиенические процедуры после приема пищи Подготовка ко сну (поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати).	12.30-12.40
Дневной сон.	12.40-15.10
Пробуждение (постепенный подъем, переодевание), гимнастика после сна, закаливающие процедуры.	15.10-15.25
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми.	15.25-15.40
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	15.35-16.25
Ужин.	16.25-16.55
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры на свежем воздухе, самостоятельная и индивидуальная работа, общение с родителями. Уход детей домой.	16.55-18.00