

СОГЛАСОВАНО

Старшая медсестра МБДОУ

«Детский сад №7 «Рябиноушка»

Т.В. Самуха

«29» 08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №7 «Рябиноушка»

И.В. Веретенникова

«29» 08.2023 г.



Режим дня в старшей группе № 1 (холодный период)

6.00-6.30	Прием детей, самостоятельная деятельность детей, игры				
6.30-7.50	Утренняя прогулка				
7.50-8.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к утренней гимнастике				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10-8.15	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку				
8.15-8.35	Завтрак				
Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.35-9.00	8.35-8.40 9.05-9.15	8.35-9.00	8.35-8.40	8.35-9.00
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
ООД	9.00-9.25	8.40-9.05/ 9.15-9.40	9.00-9.25	8.40-9.05/ 9.15-9.40	9.00-9.25
	9.40-10.05	11.05-11.30	9.40-10.05	10.20-10.45	11.00-11.25 (на прогулке)
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	9.25-9.40	9.15-9.45 11.30-11.35	9.25-9.40	9.05-9.15 9.50-10.20	9.25-9.45
Второй завтрак	10.05-10.10	9.40-9.50	10.05-10.10	9.40-9.50	9.45-9.50
Подготовка к прогулке	10.10-10.20	9.50-10.00	10.10-10.20	10.45-10.50	9.50-10.00
Прогулка	10.20-11.25	10.00-10.55	10.20-11.25	10.50-11.25	10.00-11.25
Возвращение с прогулки	11.25-11.35	10.55-11.05	11.25-11.35	11.25-11.35	11.25-11.35
11.35-11.45	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду				
11.45-12.10	Обед				
12.10-12.15	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну				
12.15-15.00	Сон				
15.00-15.05	Пробуждение, подготовка к полднику				
15.05-15.10	Полдник				
15.10-15.15	Подготовка к занятиям				
ООД		15.15-15.40	15.15-15.40	15.15-15.40	
Самостоятельная деятельность детей, игры	15.15-16.25	15.40-16.25	15.40-16.25	15.40-16.25	15.15-16.25
16.25-16.35	Гигиенические процедуры, подготовка к ужину				
16.35-16.50	Ужин				
16.50-17.00	Гигиенические процедуры, подготовка к вечерней прогулке				
17.00-18.00	Прогулка, уход детей домой				
ПРОГУЛКИ	3 часа 25 мин.	3 часа 10 мин.	3 часа 25 мин.	2 часа 55 мин.	3 часа 45 мин.
СОН	2 часа 45 мин.	2 часа 45 мин.	2 часа 45 мин.	2 часа 45 мин.	2 часа 45 мин.