

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад №6»
 Фролова И.И.



**Режим дня для детей старшей группы
 (5–6 лет)**

Холодный период года

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10 (10 мин)
Активное бодрствование детей (игры, самостоятельная деятельность и другое)	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30–9:00
Занятие 1	9:00–9:25 (25 мин)
Второй завтрак	9.25-9.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	9.35-11.35 (2 часа)
Занятие 2	11.35–12:00 (25 мин)
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00 (2 ч.30 мин)
Гимнастика после сна. Гигиенические процедуры	15.00-15.15
Занятие 3	15:15–15:40 (25 мин)
Подготовка к полднику, полдник	15:40–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое). Самостоятельная деятельность детей.	16:00–17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки, уход домой	16:00–18:00 (1 час)

Содержание	Время
Старшая группа	
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак*	8:10–9:00
Подготовка к прогулке, прогулка	9:00–9:15
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:15–9:40 (25 мин)
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:40–9:50 (10 мин)
Второй завтрак	9.50-10.00
Занятие 2	10.00–10:25 (25 мин)
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10:25–10:35
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:35–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Занятие 3	15:00–15:25 (25 мин)
Подготовка к полднику, полдник	15:25–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16:20–17:00
Малоподвижные игры на прогулке, уход домой	17:00–18:00