

муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение детский сад
«Сказка»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ
детским садом «Сказка»
Жилин О.В.Вдовина
Приказ № 126 от 31.08.2021г.

**Режим дня
в старшей группе
в холодный период года**

Дома

Подъём, утренний туалет.

6.30-7.30

В детском саду

Приём, осмотр, самостоятельная деятельность

7.00-8.25

Утренняя гимнастика

8.10-8.20

Подготовка к завтраку, завтрак

8.20-8.50

Игры, самостоятельная деятельность

8.50-9.00

Организованная деятельность, занятия со
специалистами

9.00-10.00

II завтрак

10.00-10.10

Подготовка к прогулке. Прогулка: игры,
наблюдения, труд, воздушные и солнечные
процедуры

10.40-12.10

Возвращение с прогулки, водные процедуры.

12.10-12.20

Самостоятельная деятельность детей

Подготовка к обеду. Обед.

12.20-12.30

Подготовка к дневному сну. Сон.

12.30-15.00

Постепенный подъём. Пробуждающая
гимнастика.

15.00-15.10

Полдник.

15.10-15.30

Игры, самостоятельная и организованная детская
деятельность

15.30-16.15

Подготовка к ужину. Ужин.

16.15-16.45

Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.

16.45-17.00

Прогулка: игры, самостоятельная деятельность
детей.

17.00-18.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная
деятельность

18.00-19.00

Уход детей домой.

18.00-19.00

Дома

Прогулка

19.00-20.00

Спокойные игры, гигиенические процедуры

20.00-20.30

Укладывание, ночной сон

20.30(21.00)-6.30(7.00)