

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий «Детский сад № 93 «Дюймовочка»
Н.А. Котеленец
(19) июня 2024



Режим дня старшей группы (5-6 лет)

Длительность пребывания детей в группе: 10,5 часов

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия Игры детей	07.30-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20- 08.30
Самостоятельная деятельность	Игры, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика.	08.30-08.45
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.45-09.10
Образовательная нагрузка	Образовательная деятельность	09.10-09.35
Перерыв	Физкультурные минутки	09.35 -09.45
Образовательная нагрузка	Образовательная деятельность	09.45-10.10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.10-10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание	10.30-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.30- 15.00
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.00- 15.15
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	15.15-16.10
Ужин	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	16.10- 16.30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.30-18.00