

РЕЖИМ ДНЯ

Режимные моменты старшей группы №1 «Ромашка» комбинированной направленности от 5 до 6 лет		
1	Утренний прием (осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры детей)	7.00 – 8.20
2	Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	8.20 – 8.30
3	Завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	8.30 – 8.50
4	Подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
5	Образовательная нагрузка (занятия)	9.00-10.10
6	Самостоятельная деятельность (отдых, игры)	10.10 – 10.40
7	Второй завтрак (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	10.40 – 10.50
8	Прогулка, двигательная активность (подготовка к прогулке: переодевание, подвижные игры, наблюдения, труд; возвращение с прогулки: переодевание)	10.50 – 12.35
9	Обед (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	12.35 – 13.00
10	Дневной сон (подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; дневной сон; пробуждение: постепенный подъем, переодевание)	13.00 – 15.30
11	Полдник (подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи)	15.30 – 15.45
12	Образовательная нагрузка (занятия)	15.45 – 16.10
13	Прогулка (подготовка к прогулке: переодевание, прогулка, подвижные игры)	16.10 - 17.30
14	Уход домой	17.30