



**Режим дня детей 5-6 лет
в старшей группе №4
на 2020-2021 учебный год
(основной - учебный период)**

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, к-г навыки)	8.30 – 8.50
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.20
Организованная (непрерывная) образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00 - 9.25
	9.35 – 10.00
	10.25-10.50
Второй завтрак (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность) *	10.40-12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность (самообслуживание, к-г навыки)	12.25 – 12.40
Подготовка к обеду, обед (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	12.40– 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.10
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность (самообслуживание, гигиенические процедуры)	15.10 – 15.30
Организованная (непрерывная) образовательная деятельность	(ин., вт.) 15.30 – 15.50
	(ср.) 15.30 – 15.55
Игры, досуг, театр, развлечения, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.55 – 16.25
Подготовка к уплотненному полднику, полдник (самообслуживание, к-г навыки, этикет)	16.25 - 16.55
Вечерний круг, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность)	16.55 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой.	18.30 – 19.00

*Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа.

Продолжительность прогулок определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.