

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №40
_____ М.В. Колоскова

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

(Лето)

старшая группа № 6 «Веснушки» (10,5 часовая группа)

Дома:

6.30-7.00 - подъём, утренний туалет

В детском саду:

7.00-8.20 - приём детей, осмотр, измерение температуры, игры, утренняя гимнастика, индивидуальная работа с детьми.

8.20-8.30 – подготовка к завтраку

8.30-8.45 - завтрак.

8.45-9.00 - самостоятельная деятельность детей

9.00-9.10 – подготовка к прогулке

9.10-11.50 - прогулка (игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры)

11.50-12.00 - возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков

12.00-12.10 - подготовка к обеду

12.10-12.30 - обед

12.30-12.40 - подготовка ко сну, гигиенические процедуры

12.40-15.00 - дневной сон

15.00-15.30 – постепенный подъём, закаливание, воздушные ванны, хождение босиком, водные процедуры

15.30-15.40 - подготовка к полднику

15.40-15.55 - полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков

15.55-16.00 - подготовка к прогулке

16.00-17.30 - прогулка, уход детей домой.

Дома:

17.50 -18.30 – ужин

18.30-20.30 – прогулка

20.25-20.45 – возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры

21.00-6.30(7.30) – укладывание, ночной сон

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
(старшая группа № 8 – 12 часов)
группа «Веснушки»
холодный период года

Дома:

6.30-7.30 - подъём, утренний туалет

В детском саду:

7.00-8.20 - утренний приём детей, осмотр, измерение температуры, игры, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры.

8.20-8.30 – подготовка к завтраку

8.30-8.45 - завтрак.

8.45-9.00 - подготовка к НОД, самостоятельная игровая деятельность детей

9.00-9.25 – НОД

9.35-9.55 – НОД

9.55–10.20 - игры, подготовка к прогулке

10.20-12.00 - прогулка.

12.00-12.20 - возвращение с прогулки, воспитание культурно-гигиенических навыков.

12.20-12.30 - подготовка к обеду

12.30-12.50 - обед

12.50-13.00 - подготовка ко сну

13.00-15.20 - дневной сон

15.20-15.35 – постепенный подъём, воздушные ванны, хождение босиком, водные процедуры

15.35-15.45 - подготовка к полднику

15.45-16.00 - полдник, воспитание культурно-гигиенических навыков

16.00-16.25 - свободная деятельность, игры-досуги.

16.25-16.40 – НОД, другие формы СОД вариативной части по выбору ребенка

16.40-16.50 – подготовка к прогулке

16.50-18.00 - прогулка

18.00-19.00 - свободная деятельность, работа с родителями, уход детей домой

Дома:

19.00 -19.40– прогулка

19.40-20.00 – возвращение с прогулки, гигиенические процедуры

20.00-20.20 – ужин

20.20-20.45 - спокойные игры

20.45-6.30(7.00) –укладывание, ночной сон