

«Утверждаю»

Заведующий

МАДОУ детский сад № 51 г. Улан-Удэ

Е.С. Булаева



Режим дня

Подготовительная к школе группа

№6, №8, 10 (12 ч.)

На холодный период

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, включая перерывы (по 10 минут)	9.00-11.00
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00-15.10
Полдник	15.10-15.20
Игры, труд, досуги, кружки	15.20-17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.05 – 17.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.25-18.50
Игры, уход домой	18.50-19.00
Дома. Прогулка	19.00-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)