

Режим дня (6 – 7 лет)

10,5 часовой режим

Режимные моменты	Время
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием детей, осмотр, разнообразная детская деятельность (с учетом перечня, групповых традиций, ритуалов, событий) в соответствии с темой	7.30 – 8.35
Игры, утренняя гимнастика	8.35– 8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45 – 9.00
Разнообразная детская деятельность	9.00 – 9.15
Непосредственно образовательная деятельность	9.15 – 11.05
Подготовка к прогулке	11.05 – 11.10
Прогулка	11.10 – 12.35
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.35 – 12.40
Обед	12.45 – 13.15
Сон	13.15 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к ужину	15.00 – 15.45
ужин	15.45 – 16.00
Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, Чтение художественной литературы/ экология	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке	16.30– 16.30
Прогулка Уход домой	16.30 – 18.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	18.00 – 19.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00 – 20.30
Укладывание, ночной сон	20.30 – 6.30