

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ № 184  
\_\_\_\_\_  
Н.А.Залялетдинова  
Приказ № 95 от 29.08.2024г.

**Режим дня старшей группы (дети с 5 до 6 лет)**

Образовательный процесс с 01.09.24г. по 31.05.2025г.

Режим работы – пятидневная рабочая неделя.

Продолжительность работы ежедневно с 06.30 до 18.30

| Содержание режимных моментов                                                                                                                      | Время       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>Холодный период года</b>                                                                                                                       |             |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)                                                         | 06.30-08.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                    | 08.25-08.40 |
| Подготовка к занятиям                                                                                                                             | 08.40-09.00 |
| Занятия (в игровой форме, (или) по подгруппам) (включая гимнастику не менее 2 мин. в процессе занятия, перерывы между занятиями не менее 10 мин.) | 09.00-10.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                                                                | 10.00-10.15 |
| Второй завтрак                                                                                                                                    | 10.15-10.20 |
| Подготовка к прогулке                                                                                                                             | 10.20-10.35 |
| Прогулка                                                                                                                                          | 10.35-12.00 |
| Возвращение с прогулки                                                                                                                            | 12.00-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                          | 12.20-12.40 |
| Подготовка ко сну                                                                                                                                 | 12.40-12.50 |
| Дневной сон                                                                                                                                       | 12.50-15.20 |
| Постепенный подъем (оздоровительные и гигиенические процедуры)                                                                                    | 15.20-15.45 |
| Уплотнённый полдник                                                                                                                               | 15.45-16.05 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                                                          | 16.00-16.20 |
| Подготовка к прогулке                                                                                                                             | 16.20-16.30 |
| Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей). Уход детей домой                                                                             | 16.30-18.30 |
| <b>Теплый период года</b>                                                                                                                         |             |
| Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин.)                                                         | 06.30-08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                                                                    | 08.30-08.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке, выход на прогулку                                                                | 08.50-09.00 |
| Прогулка (игры, занятия (в игровой форме, по подгруппам), самостоятельная деятельность детей)                                                     | 09.00-11.45 |
| Второй завтрак                                                                                                                                    | 10.20-10.25 |
| Возвращение с прогулки                                                                                                                            | 11.45-12.25 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                                                                          | 12.25-12.45 |
| Подготовка ко сну                                                                                                                                 | 12.45-12.55 |
| Дневной сон                                                                                                                                       | 12.55-15.30 |
| Постепенный подъем (оздоровительные и гигиенические процедуры)                                                                                    | 15.30-15.45 |
| Уплотнённый полдник                                                                                                                               | 15.45-16.05 |
| Подготовка к прогулке                                                                                                                             | 16.05-16.15 |
| Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей). Уход детей домой.                                                                            | 16.15-18.30 |