

РЕЖИМ ДНЯ

для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Подъем, водные процедуры	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.....	8.25 – 8.50
Игры по выбору детей.....	8.50 – 9.00
Образовательная деятельность (занятия).....	9.00 - 10.00
2-ой завтрак	10.00 – 10.10
Игры, самостоятельная деятельность.....	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед.....	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.10
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры.....	15.10 - 15.25
Игры, досуги, общение, деятельность по интересам, самостоятельная деятельность	15.25 – 15.55
Подготовка к полднику.....	15.55 – 16.05
Полдник	16.05 – 16.20
Самостоятельная деятельность	16.20 - 18.00
Ужин	19.00-19.30
Игры, досуги, чтение.....	19.30 – 21.00
Подготовка ко сну, сон	21.00 – 7.30