

Режим дня на 2024-2025 учебный год для детей старшей группы
 (старший дошкольный возраст: пятый – седьмой год жизни)
 Холодный период (сентябрь-май)

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
<i>Утренний прием</i>	<i>Осмотр детей, термометрия; Игры детей</i>	<i>07.30-08.20</i>
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>Упражнения со спортивным инвентарем и без него</i>	<i>08.00-08.10</i>
<i>Завтрак</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>08.30-09.00</i>
<i>Образовательная нагрузка</i>	<i>Занятие</i>	<i>09.00-09.25</i>
<i>Перерыв</i>	<i>Физкультурные минутки</i>	<i>09.25-09.40</i>
<i>Образовательная нагрузка</i>	<i>Занятие</i>	<i>09.40-10.05</i>
<i>Самостоятельная деятельность</i>	<i>Отдых, игры</i>	<i>10.05-10.50</i>
<i>Второй завтрак</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, Прием пищи</i>	<i>10.50 -11.00</i>
<i>Прогулка, двигательная активность</i>	<i>Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание</i>	<i>11.00-12.20</i>
<i>Обед</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>12.20-12.50</i>
<i>Дневной сон</i>	<i>Подготовка ко сну :переодевание;Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика после сна</i>	<i>12.50-15.30</i>
<i>Полдник</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>15.30-16.00</i>
<i>Образовательная нагрузка</i>	<i>Занятие, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности</i>	<i>16.00-16.25</i>
<i>Прогулка, уход домой</i>	<i>Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка</i>	<i>16.25-17.30</i>

Режим дня для детей старшей группы на 2024-2025 учебный год
 (старший дошкольный возраст: шестой-седьмой год жизни)
 Теплый период года (июнь-август)

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
<i>Утренний прием</i>	<i>Осмотр детей, термометрия; Игры детей</i>	<i>07.30-08.20</i>
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>Упражнения со спортивным инвентарем и без него</i>	<i>08.00-08.10</i>
<i>Завтрак</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>08.30-09.00</i>
<i>Образовательная нагрузка</i>	<i>Занятие</i>	<i>09.00-09.30</i>
<i>Перерыв</i>	<i>Физкультурные минутки</i>	<i>09.30-09.40</i>
<i>Образовательная нагрузка</i>	<i>Занятие</i>	<i>09.40-10.10</i>
<i>Самостоятельная деятельность</i>	<i>Отдых, игры</i>	<i>10.10-10.30</i>
<i>Второй завтрак</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>10.30-10.40</i>
<i>Прогулка, двигательная активность</i>	<i>Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры Возвращение с прогулки: переодевание</i>	<i>10.40-12.20</i>
<i>Обед</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>12.20-12.50</i>
<i>Дневной сон</i>	<i>Подготовка ко сну; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика после сна</i>	<i>12.50-15.30</i>
<i>Полдник</i>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</i>	<i>15.30-16.00</i>
<i>Прогулка, уход домой</i>	<i>Подготовка к прогулке, Прогулка Игры, Досуги, общение по интересам</i>	<i>16.00-17.30</i>