

Румянцева  
Светлана  
Валериевна

Подписано цифровой  
подписью: Румянцева  
Светлана Валериевна  
Дата: 2023.09.22  
08:02:22 +03'00'

Утверждено  
Приказом заведующего МДОУ № 65  
\_\_\_\_\_ С.В. Румянцева  
от 31 августа 2023 года № \_\_\_\_\_

**Режим дня на 2023 - 2024 учебный год  
в старшей группе «Вологоша» (5-6 лет)**

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), утренний круг	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20 – 8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты; перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.25 9.35. – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей	12.30 - 15.00
Закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика после сна	15.00. – 15.05
Подготовка к полднику, полдник	15.05 – 15.20
Занятия (при необходимости)	15.30 – 15.55
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	15.20 - 16.15
Подготовка к ужину. Ужин	16.15 –16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.35 – 19.00
Уход домой	до 19.00
<b>Дневной сон – 2,5 часа. Прогулка – не менее 3 часов.</b>	

<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак	8.20 – 8.40
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	8.40. – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	10.20. – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30 - 15.00
Полдник	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.20. – 16.30
Ужин	16.30. – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.50 – 19.00
Уход домой	до 19.00

Румянцева  
Светлана  
Валериевна

Подписано цифровой  
подписью: Румянцева  
Светлана Валериевна  
Дата: 2023.09.22 08:05:25  
+03'00'

Утверждено  
Приказом заведующего МДОУ № 65  
\_\_\_\_\_ С.В. Румянцева  
от 31 августа 2023 года № \_\_\_\_\_

**Режим дня на 2023 - 2024 учебный год  
в старшей группе «Почемучки» (5-6 лет)**

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), утренний круг	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20 – 8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты; перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	Пн.,вт.,ср. – 9.00. – 10.00 Чт. 9.00. – 9.25. Пт. 9.00. -10.20.
Второй завтрак	Пн.,вт.,ср., чт 10.00 – 10.10 Пт. 9.30. – 9.40.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	Пн.,вт.,ср., чт 10.10 - 12.00 Пт. 10.20. - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей	12.30 - 15.00
Закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика после сна	15.00. – 15.05
Подготовка к полднику, полдник	15.05 – 15.20
Занятия (при необходимости)	15.20 – 15.45 15.30. - 15.55. в зависимости от расписания занятий
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	15.20 - 16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.15 –16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.35 – 19.00
Уход домой	до 19.00
<b>Дневной сон – 2,5 часа. Прогулка – не менее 3 часов.</b>	

<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак	8.20 – 8.40
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	8.40. – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	10.20. – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30 - 15.00
Полдник	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.20. – 16.30
Ужин	16.30. – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.50 – 19.00
Уход домой	до 19.00