

Режим дня для детей старшего дошкольного возраста (теплый период).

Виды деятельности в течении дня	Старшая группа		Подготовительная группа		Характер деятельности
	Время	Длительность	Время	Длительность	
Прием, осмотр, самостоятельные игры	7.00-8.10	70 мин	7.00-18.20	80 мин	Присмотр и уход, Самостоятельная Взаимодействие с родителями
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин	8.20-8.30	10 мин	Совместная ОД
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.45	25 мин	8.30-8.50	20 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Самостоятельная деятельность детей	8.45-9.00	15 мин	8.50-9.00	10 мин	Самостоятельная
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00-12.00	180 мин	9.00-12.00	180 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Возвращение с прогулки, оздоровительные и закаливающие процедуры, подготовка к обеду	12.00-12.20	20 мин	12.00-12.20	20 мин	Присмотр и уход Совместная ОД Самостоятельная
Обед	12.20-12.45	25 мин	12.20-12.45	25 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00	135 мин	12.45-15.00	145 мин	Присмотр и уход
Постепенный подъем, воздушно-водные, закаливающие процедуры	15.00-15.20	20 мин	15.00-15.20	20 мин	Совместная ОД
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.35	15 мин	15.20-15.35	15 мин	Совместная ОД
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	15.30-17.00	85 мин	15.35-17.00	85 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.25	25 мин	17.00-17.20	20 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Подготовка к прогулке, прогулка	17.25-18.30	65 мин	17.20-18.30	70 мин	Совместная ОД Присмотр и уход
Самостоятельная деятельность	18.30-19.00	30 мин	18.20-19.00	40 мин	Совместная ОД Самостоятельная
Игры на прогулке, уход домой	18.30-19.00	30 мин	18.20-19.00	40 мин	Самостоятельная

					Взаимодействие с родителями
Дома прогулка	19.00-19.45	45 мин	19.00-19.45	45 мин	
Самостоятельные игры, гигиенические процедуры	19.45-21.00	75 мин	19.45-21.00	75 мин	
Подготовка ко сну, ночной сон	21.00-6.30(7.30)		21.00-6.30(7.30)		
Время на дневной сон	135 минут (2 часа 15 мин)		135 минут (2 часа 15 мин)		19%