



**Режим дня в подготовительной к школе группе  
возраст детей с 6 до 7 лет**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика, самостоятельные игры	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 9.00
Образовательная деятельность (общая деятельность включая перерыв 10 минут между деятельностью)	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
	10.20 – 10.50
Дополнительный завтрак	10.00 – 10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.25
Возвращение с прогулки, игры	12.25 – 12.35
Подготовка к обеду, обед.	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, бодрящая гимнастика	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность, образовательная деятельность, кружки	15.20 – 16.20
Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.10 – 18.40
Возвращение с прогулки	18.40 – 18.45
Игры, уход детей домой	18.45 – 19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка с детьми	19.00 – 20.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.50
Ночной сон	20.50 – 6.30 (7.30)