



УТВЕРЖДЕНО:

Приказом № 81-р от 31.08.2023 г.  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 250

Т.В. Рыкова

## РЕЖИМ ДНЯ Старшая группа

Режимные моменты	Продолжительность	Период времени
Прием, осмотр, взаимодействие с родителями / самостоятельные игры детей	45 минут	7.30-8.25
Утренняя гимнастика	10 минут	
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	5 минут	8.25-8.50
Завтрак	20 минут	
Игры, подготовка к занятиям	10 минут	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин.; перерывы между занятиями, не менее 10 мин.)	50 минут (1 занятие не более 25 минут)	9.00-12.15
Самостоятельная и совместная с воспитателем деятельность, индивидуальная работа с детьми	45 минут	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, исследовательская деятельность, самостоятельная деятельность детей)	1 час 40 минут	
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, гигиенические процедуры	10 минут	12.15-12.25
Обед	20 минут	12.25-12.45
Подготовка ко сну	5 минут	12.45-12.50
Сон	2 часа 30 минут	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, закаливание, игры	10 минут	15.20-16.20
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин.)	не более 25 минут	
Самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа с детьми	25 минут	
Подготовка к ужину	5 минут	16.20-16.40
Ужин	15 минут	
Подготовка к прогулке Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей/взаимодействие с родителями) уход детей домой	1 час 20 минут	16.40-18.00