УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
ГКДОУ №146 «Солнечный»
Л.В.Минина

РЕЖИМ ДНЯ

в старшей группе №3 «Непоседы»

Режимные моменты	*Время*
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.25
Завтрак	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия (при необходимости)	16.00 – 16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.25 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.45 – 17.30