

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №22 пгт Кавалерово

О. Ю. Акулич (приказ от 28.08.2024 № 48-у)

Режим дня

**Подготовительной к школе группе комбинированной направленности
(5-6 лет) на 2024-2025 учебный год
(сентябрь-май)**

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА	
Подъем, утренний туалет, подготовка к детскому саду	6.30-7.30
Режимный момент	
Прием, утренний фильтр	07.30-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.12
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.12-08.25
Завтрак	08.25-08.50
Самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	08.50-09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями 10 мин.)	09.00-11.10
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке	11.10-11.20
Прогулка	11.20-12.25
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.25-12.40
Обед	12.40-13.00
Подготовка к дневному сну, гигиенические процедуры	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры, воздушное закаливание	15.00-15.10
Занятия (при необходимости)	-
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.40-15.45
Полдник	15.45-16.00
Игра, подготовка к прогулке	16.00-16.15
Прогулка	16.15-18.00
Уход домой	18.00
РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА	
Ужин	18.30 – 19.00
Прогулка	19.00 – 20.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	20.10 – 20.40

Ночной сон

21.00 – 06.30
(до 07.30 – в
выходные дни)