



«Утверждаю»  
Директор МБОУ МШМВ  
Н.А Чиркова  
2016г.

**Режим дня**  
для детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет)

режимные моменты	время в режиме дня	длительность
Прием, осмотр, общение с воспитателями ночного дежурства.	7.30-7.40	10 мин.
Проведение утренней гимнастики	7.40-7.50	10 мин.
Подготовка к завтраку, дежурства, гигиенические процедуры	7.50-8.00	10 мин.
Завтрак (воспитание культурно-гигиенических навыков, культура приема пищи)	8.00-8.30	30 мин.
Подготовка к занятиям, дежурства, индивидуальная работа с детьми, игры	8.30-9.00	30 мин.
Непосредственно образовательная деятельность (занятия)	9.00-11.00	3 занятия по 28 мин. с перерывом
Второй завтрак	10.10-10.15	5 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	11.00-12.50	10 мин. 1ч. 40мин.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурства, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду.	12.50-13.00	10 мин.
Обед (воспитание культурно-гигиенических навыков, культура приема пищи)	13.00-13.30	30 мин.
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.30-15.40	10 мин. 2 ч.
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность детей в центрах развития.	15.40-16.00	20 мин.
Чтение художественной литературы	16.00-16.15	15 мин.
Самостоятельная игровая деятельность, ситуативные беседы, кружковая работа	16.15-16.45	30 мин.
Подготовка к полднику, дежурства, уплотненный полдник (воспитание культурно-гигиенических навыков, культура приема пищи)	16.45-17.05	20 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения).	17.05-19.00	10 мин. 1ч.40 мин.
Ужин	19.00-19.30	30 мин.
Спокойные игры, чтение книг, настольные игры (в тёплое время года (май, сентябрь) прогулка на улице)	19.30 -20.30	1 час
Подготовка ко сну (дежурства, гигиенические процедуры)	20.30-21.00	30 мин.
Ночной сон	21.00 – 7.30	10 ч. 30 мин.
<b>Общий подсчет времени</b>		
На непосредственную образовательную деятельность (занятия)		1ч 30 мин.
На прогулку		3ч 20 мин.
На самостоятельную деятельность детей, игры (без учета времени игр на прогулке), подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена		7 ч. 20 мин.
На сон		2 ч. дневной сон 10 ч. 30 мин. ночной сон
<b>Итого</b>		<b>24 ч.</b>