

УТВЕРЖДАЮ

Приказом № от 22.08.2025

Заведующий МБДОУ г. Астрахани № 120

Н.Н. Самитова

РЕЖИМ ДНЯ

подготовительная к школе группа

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Прием детей, свободная игра	Осмотр детей, термометрия; Игры детей, утренний круг	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00 – 08.10
Самостоятельная деятельность	Игры детей	08.10 – 08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20 – 08.50
Подготовка к занятию	Подготовка оборудования, рассадка детей,	08.50 – 09.00
Образовательная нагрузка	Занятия, включая перерывы	09.00 – 10.30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30 – 10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание;	10.40 – 10.55
	Прогулка	10.55
	Возвращение с прогулки: переодевание, закаливающие процедуры	12.20
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.20 – 12.50
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон;	12.50 – 15.20
	Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	15.20 – 15.30
Уплотненный полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.30 – 15.50
Образовательная нагрузка	Подготовка к занятию, занятие	15.50 – 16.30
Прогулка	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка	16.30 – 18.25
Совместная деятельность уход домой	Вечерний круг	18.25 – 18.35
	Спокойный досуг	18.35 – 19.00