

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

**в соответствии с программой «От рождения до школы»,
образовательной программой дошкольного образования
ГБОУ Школа имени Достоевского и требованиями СанПин
для детей старшей группы**

Содержание	Время проведения
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00 -10.25
Второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе)	10.25 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры	12.20 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 -13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон	13.00 -15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 - 15.40
Игры, кружки, занятия, самостоятельная деятельность детей	15.40 -16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.30 -18.20
Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой	18.20 - 19.00

Общее количество занятий в неделю: 13

Продолжительность организованной образовательной деятельности: 25 мин.

Перерыв между занятиями: 10 мин.