



## Режим воспитания и обучения в старшей и подготовительной группах

Наименование	Время		Пункты СанПин 2.4.990-00
	старшая группа	подготови- тельная группа	
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30	7.00 – 7.30	
Осмотр врачом, утренняя гимнастика, дежурство по столовой	7.30 – 8.20	7.30 – 8.15	2.8.4
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	8.15 – 8.45	
Подготовка к занятиям	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	
Занятие 1	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30	2.8.2
Перерыв между занятиями	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40	2.8.2
Занятие 2	9.35 – 10.00	9.40 – 10.10	2.8.2
Перерыв между занятиями	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20	2.8.2
Занятие 3	10.10 – 10.40	10.20 – 10.50	2.8.2
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 – 12.05	10.50 – 12.15	2.8.6
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.05 – 12.30	12.15 – 12.45	
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.30 – 13.00	12.45 – 13.15	2.8.4
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00	13.15 – 15.00	2.8.7
Подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.50	15.25 – 15.45	
Логопедические занятия, индивидуальные занятия, игры по интересам и желанию, труд	15.50 – 16.30	15.45 – 16.40	2.8.5
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.00	16.40 – 18.10	2.8.6
Возвращение с прогулки, игры	18.00 – 18.20	18.10 – 18.30	2.8.4
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.45	18.30 – 18.55	
Самостоятельная худож. деятельность, просмотр телепередач, просмотр детских кинофильмов (1 раз в неделю), игры	18.45 – 19.50	18.55 – 20.00	2.8.2
Поздний ужин	19.50 – 20.05	20.00 – 20.15	
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	20.05 – 20.30	20.15 – 20.30	
Ночной сон	20.30 – 7.00	20.30 – 7.00	2.8.7