

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ детский сад №5  
г. Пензы «Умка»

---

Медвежова Е.Г.  
1 сентября 2023 г

Режим дня  
для старшей группы  
МБДОУ детский сад № 5 г. Пензы  
( холодный период года)

Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00
Занятия	9.00 - 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъём детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Занятия	16.00 – 16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.25 – 17.00
Подготовка к прогулке , прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 – 19.00
Уход детей домой	до 19.00

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ детский сад №5  
г. Пензы «Умка»

---

Медвежова Е.Г.  
1 сентября 2023 г

Режим дня  
для старшей группы  
МБДОУ детский сад № 5 г. Пензы  
( тёплый период года)

Утренний приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 - 9.15
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятие на прогулке, возвращение с прогулки	9.15 – 12.00
Обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъём детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке , прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 – 19.00
Уход детей домой	до 19.00