

РЕЖИМ ДНЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ГРУППАХ ПОЛНОГО ДНЯ

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Содержание	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07:00-08:30	07:00-08:30	07:00-08:30	07:00-08:30
Завтрак	08:30-09:00	08:30-08:50	08:30-08:50	08:30-08:50
Игры	09:00-09:20	-	-	-
Подготовка к занятиям. Занятия по расписанию (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:15-10:00	09:00-10:30	09:00-10:40	09:00-10:50
Второй завтрак	10:00-10:10	10:00-10:10	10:00-10:10	10:00-10:10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:15-11:50	10:15-12:00	10:50-12:30	11:00-12:35
Обед	12:15-12:45	12:20-12:50	12:30-13:00	12:35-13:00
Прогулка в 1й половине дня	1 ч 35 м	1 ч 45 м	1 ч 40 м	1 ч 35 м
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13:00-15:00	13:00-15:00	13:00-15:00	13:00-15:00
Уплотненный полдник	16:00-16:30	16:00-16:30	16:20-16:45	16:20-16:45
Подготовка к занятиям, занятия в старшем возрасте (по расписанию)	-	-	15:50-16:15	15:50-16:15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15:45-17:00	15:45-17:00	15:45-17:00	15:45-17:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17:00-18:30	17:00-18:30	17:00-18:30	17:00-18:30
Самостоятельная деятельность детей	18:30	18:30	18:30	18:30
Уход домой	до 19:00	до 19:00	до 19:00	до 19:00
Прогулка во 2 половине дня	1 ч 30 м	1 ч 30 м	1 ч 30 м	1 ч 30 м
Всего прогулка в день	3 ч 05 м	3 ч 15 м	3 ч. 10 м	3 ч 05 м

Режим дня в дошкольных группах рассчитан на 12 -часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.