

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 29 «Рябинушка»

Н.В. Ананьина

Приказ № 1/5 от 30 августа 2024 года

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ для детей 5–6 лет

Режим дня в группе детей 5–6 лет 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 теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. 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.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:00–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:05–8:15
Подготовка к завтраку, завтрак	8:15–8:40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8:40–9:00
Образовательная деятельность (Занятие 1)	9:00–9:25
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:25–9:35
Образовательная деятельность (Занятие 2)	9:45–10:10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:15–12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10–12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40–15:10
Подготовка к полднику, полдник	15:20–15:40
Образовательная деятельность (Занятие 3)	15:45–16:10
Подготовка к ужину, ужин	16:15–16:30
Самостоятельная деятельность детей (игры)	16:30–17:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17:30–19:00
Игры, уход домой	18:30–19:00