

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 29 «Рябинушка»
Н.В. Ананьина

Приказ № 15 от 30 августа 2024 года

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ для группы детей 5–7 лет

Режим дня в группе детей 6–7 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	7:00–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:15–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
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
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:10–10:20
Образовательная деятельность (Занятие 3)	10:20–10:45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:55–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:45
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:45–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:10–15:35
Образовательная деятельность (Занятие 4)	15:45–16:10
Подготовка к ужину, ужин	16:15–16:30
Кружковая деятельность	16:30–17:00
Самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	17:00–17:30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17:30–19:00
Игры, уход домой	18:30–19:00