

Режим дня подготовительной к школе группы (6 - 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.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30 - 9.35
Занятие 2	9.35 - 10.10
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Занятие 3	10.35 - 11.05
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	11.05 - 11.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.15 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	16.40 - 19.00

Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятие 1	9.00 - 9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.30 - 9.40
Занятие 2	9.40 - 10.10
Второй завтрак	10.10 - 10.20
Занятие 3	10.20 - 10.40
Активное бодрствование детей, время прогулки (подвижные игры)	10.40 - 10.50
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10.50 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 - 17.00
Малоподвижные игры на прогулке, прогулка, уход домой	17.00 - 19.00