

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детский сад №17 «Берёзка»
_____ О.Н. Попова
«__» _____ 2023г.

Режим дня для детей от 6 до 7 лет

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на 10,5-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*	8:30–8.50
Занятие 1	9:00–9:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:30–9:40
Занятие 2	9:40–10:10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:10–10:20
Занятие 3	10:20–10:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11:10–12:30
Подготовка к обеду, обед	12:40–13:05
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:05–15:15
Подготовка к полднику, полдник	15:15–15:30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:30–16:40

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой.	16:40–17:30
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*	8:30–8:50
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:00–9:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:30–9:40
Занятие 2	9:40–10:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10:10–10:30
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:30–12:30
Подготовка к обеду, обед	12:40–13:05
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:05–15:15
Подготовка к полднику, полдник	15:15–15:30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:30–16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Малоподвижные игры на прогулке. Уход домой.	16:40–17:30

* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).