



Утверждено
Заведующий МДОУ
«Моркинский детский сад №5»
/М.Ф. Кузнецова /
09 2023 г.

Режим дня по возрастным группам
Холодный период года

Содержание	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя зарядка (не менее 10 минут)	7.30 – 8.10	7.30 – 8.20	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.20 – 8.50	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.50
Самостоятельная деятельность	9.50 – 10.05	10.00 – 10.15	–
Второй завтрак*	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05 – 12.00	10.15 – 12.00	10.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 – 15.30	12.30 – 15.30	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00
Занятия, дополнительная образовательная деятельность	16.00 – 16.20	16.00 – 16.25	16.00 – 16.30
Игры, самостоятельная деятельность	16.20 – 17.00	16.25 – 17.00	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00	17.00 – 18.00

* Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20