Режим дня в группе детей 6 - 7 лет

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 ДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОУ (Пребывание детей в ДОУ - 10.30 ч.).

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	7.30-8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к занятиям	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
Перерыв между занятиями. Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.10 - 10.20
Занятие 3	10.20 – 10.50
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке, прогулка.	10.50-12.20
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры, предметная деятельность и другое)	11.00-11.30
Возвращение с прогулки Подготовка к обеду, обед	12.20 - 12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.40 - 15.20
Самостоятельная деятельность детей.	15.20 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.30
Активное бодрствование детей во время (подвижные игры, предметная деятельность и другое).	16.30-17.00
Продолжение проогулки, уход домой	17.00-18.00

Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.30 - 8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная деятельность	8.10 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 - 9.10
Образовательная нагрузка во время прогулки	9.10 - 9.40
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	9.40-10.00
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00-10.20
Продолжение прогулки	10.20-12.00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10.30-10.40
Возвращение с прогулки Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.20
Самостоятельная деятельность. Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 - 16.10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры, предметная деятельность и другое)	16.10 - 16.40
Продолжение прогулки, уход домой	16.40-18.00