

Основание:  
СанПиН 1.2.3685-21  
от 28 января 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МДОУ ЦРР-д/с №15

Т.Н.Киреева

Приказ № 74 от 30.08.2024г



Режим дня

в МДОУ ЦРР-д/с №15 г. Маркса Саратовской области  
для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)

(с уплотненным полдником)

*Холодный период года*

Время	Режимный момент	Длительность (мин)
<i>В образовательном учреждении</i>		
07.00 – 08.05	Утренний прием детей (Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность)	65
08.05 – 08.10	Подготовка к утренней гимнастике	5
08.10 – 08.20	Утренняя гимнастика	10
08.25 – 08.35	Подготовка к завтраку	10
08.35 – 08.55	Завтрак 1	20
08.55 – 09.00	Подготовка к образовательной деятельности	5
09.00 – 09.30	Образовательная деятельность	30
09.30 – 09.40	Самостоятельная деятельность детей (Перерыв между образовательной деятельностью)	10
09.40 – 10.10	Образовательная деятельность	30
10.10 – 10.15	Подготовка к завтраку	5
10.20 -10.30	Завтрак 2 (Перерыв между образовательной деятельностью)	10
10.30 – 11.00	Образовательная деятельность	30
11.00 – 11.10	Подготовка к прогулке	10
11.10 – 12.10	Прогулка 1	60
12.10 – 12.15	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	10
12.15 – 12.50	Обед	30
12.50 – 13.00	Подготовка ко сну	10
13.00 – 15.30	Сон	150
15.30– 15.45	Постепенное пробуждение, закаливающие мероприятия	15
15.45 – 16.15	Совместная деятельность воспитателя с детьми	30
16.15– 16.20	Подготовка к полднику	5
16.20 – 16.40	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	20
16.40 – 17.00	Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность детей (игры, общение по интересам)	20
17.10 - 19.00	Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры. Постепенный уход домой	110
<i>Дома</i>		
19.00 – 20.00	Прогулка	60
20.00 – 20.40	Спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры.	40
20.40 – 07.00	Ночной сон	