

Режим дошкольных групп

Режим дня рассчитан на 11-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.

Режим группы детей младшего возраста

Содержание	Время
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	08.00-08.50
Утренняя зарядка (гимнастика)	08.50-09.00
Подготовка к завтраку, завтрак	09.00-09.20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, занятия и другое)	09.20–10.50
Второй завтрак	10.50-11.00
Прогулка	11.00-13.00
Подготовка к обеду, обед	13.00-13.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.30-16.30
Подготовка к полднику, полдник	16.30-16.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.50-17.30
Ужин	17.30-18.00
Прогулка, уход домой	18.00-19.00

Режим группы детей среднего возраста

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08.00-08.50
Утренняя зарядка (гимнастика)	08.50-09.00
Подготовка к завтраку, завтрак	09.00-09.30
Активное бодрствование детей (игры, свободная деятельность, занятия)	09.30-11.00
Второй завтрак	11.00-11.10
Прогулка	11.10-13.00
Обед	13.00-13.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.30–16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00-16.20
Активное бодрствование детей (игры, свободная деятельность и другое)	16.20-17.30
Ужин	17.30-17.50
Прогулка, уход домой	17.50-19.00

Режим группы детей старшего возраста

Содержание	Время
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	8.00-8.50
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.50-9.00
Подготовка к завтраку, завтрак	9.00-9.30
Активное бодрствование детей (игры, свободная деятельность, занятия и другое)	9.30-11.00
Второй завтрак	11.00-11.10
Активное бодрствование детей (игры, свободная деятельность, занятия и другое)	11.10-11.30
Прогулка	11.30-13.20
Обед	13.20-13.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.50-16.20
Полдник	16.20-16.30
Активное бодрствование детей (игры, занятия, свободная деятельность и другое)	16.30-17.30
Ужин	17.30-17.50
Прогулка, уход домой	17.50-19.00