

Согласовано
Педагогическим советом
(протокол №1 от 29.08.2025г.)



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №55 «Радуга»
Приказ № 122 от 29.08.2025г.

Режим дня

**в старшей - подготовительной группе «Капитошка»
на 2025-2026 учебный год
в холодный период (сентябрь – май)**

Компонент режима	Время
Прием, осмотр, игры, дежурство	7:00–8:30
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:30–8:40
Подготовка к завтраку, завтрак	8:40–9:00
Организованная образовательная деятельность	9:00–10:50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10:50–12:15
Возвращение с прогулки	12:15–12:30
Подготовка к обеду, обед	12:30–13:00
Подготовка ко сну, дневной сон	13:00–15:00
Подъем	15:00–15:10
Подготовка к полднику, полдник	15:10–15:30
Занятия, игры, труд, самостоятельная деятельность	15:30–15:50
Подготовка к прогулке, прогулка	15:50–17:20
Возвращение с прогулки	17:20–17:30
Подготовка к ужину, ужин	17:30–17:55
Игры, уход детей домой	17:55–19:00

Режим дня в группе детей 5–7 лет рассчитан на 12-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 образовательной программы ДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОУ. 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.