

Режим дня для детей от 4 до 5 лет

Режим дня в группе от 4 до 5 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 программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режим 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 увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменного согласия родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность, утренний круг, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.20 9.30-9.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	9.50-10.05
Второй завтрак	10.05 -10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15-12.00 (1 ч. 45 мин.)
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30 (2 ч. 30 мин.)
Полдник	15.00-15.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	15.30-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.15-17.30 (1ч. 15 мин.)
Ужин	17.30
Вечерний круг. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой	до 19.00
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренний круг, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.15
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15-12.00
Обед	12.00-12.30

Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30 (2 ч. 30 мин.)
Полдник	15.00-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг.	16.00-17.30
Ужин	17.30
Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	до 19.00