



«Детский сад № 117»
/ М.В. Варезкина
19 августа 2023 г.

Режим дня в дошкольных группах (холодный период года)

| Содержание | 3 - 4 года | 4 - 5 лет | 5 - 6 лет | 6 - 7 лет |
|---|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.30 - 8.30 | 7.30 - 8.30 | 7.30 - 8.30 | 7.30 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 | 8.30 - 9.00 | 8.30 - 9.00 | 8.30 - 9.00 |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00 – 9.40 | 9.00 – 9.50 | 9.00 – 10.00 | 9.00 - 10.50 |
| Второй завтрак | 9.40-9.50 | 9.50 – 10.00 | 10.00 – 10.10 | 10.10 – 10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9.50 – 11.25 | 10.00 - 12.00 | 10.10 - 12.10 | 11.00 - 12.20 |
| Обед | 11.25-12.10 | 12.00 – 12.30 | 12.10 – 12.30 | 12.20 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12.10 – 15.00 | 12.30 – 15.00 | 12.30 – 15.00 | 12.50 – 15.20 |
| Полдник | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.20 – 15.40 |
| Занятия (при необходимости) | - | - | 15.35- 16.10 | - |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.30 – 16.10 | 15.30 – 16.15 | 15.30 – 16.20 | 15.40 – 16.35 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.10 – 16.40 | 16.15 – 16.45 | 16.20 – 16.50 | 16.35 – 16.55 |
| Самостоятельная деятельность, уход домой | 16.40 – 18.00 | 16.45 – 18.00 | 16.50 – 18.00 | 16.55 – 18.00 |
| Прогулка с родителями (законными представителями) | 18.00 – 19.25 | 18.00 – 19.00 | 18.00 – 19.00 | 18.00 – 19.40 |