

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ  
детского сада № 277  
В.Е. Гусева  
Приказ № 130-од  
от 29.08.2025 г.

## Режим дня в дошкольных группах для детей 6–7 лет с реализацией ООП ДО (10,5 часов)

### Режим дня в дошкольных группах для детей от 6 до 7 лет

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на 10,5 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  $-15^{\circ}\text{C}$  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.

| Содержание                                                               | Время         |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Холодный период года</b>                                              |               |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей)              | 07:30–08:00   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)                                            | 08:00–08:15   |
| Игры, самостоятельная деятельность                                       | 08:15 – 08:30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                           | 08:30–09:00   |
| Образовательная деятельность                                             | 09:00–09:30   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)                          | 09:30–09:40   |
| Образовательная деятельность                                             | 09:40–10:10   |
| Второй завтрак                                                           | 10:10–10:20   |
| Образовательная деятельность                                             | 10:20–10:50   |
| Игры, самостоятельная деятельность                                       | 10:50–11:00   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                  | 11:00–12:30   |
| Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну                              | 12:00–13:00   |
| Сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры | 13:00–15:30   |
| Подготовка к полднику, полдник                                           | 15:30–16:00   |
| Самостоятельная деятельность                                             | 16:20–16:30   |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                              | 16:30–18:00   |