***35.20.* Режим дня полного дня для детей от 6 до 7 лет**

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на *12*-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований [ФГОС ДО](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/499057887/), [ФОП ДО](https://vip.1obraz.ru/#/document/97/503026/), [СанПиН 1.2.3685-21](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/573500115/), [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566276706/) и [СП 2.4.3648-20](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566085656/), 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.*

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| **Холодный период года** | |
| *Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность* | *7.45 - 8.20* |
| *Утренняя зарядка (гимнастика)* | *8.20 - 8.30* |
| Подготовка к завтраку, завтрак [\*](https://vip.1obraz.ru/#/document/118/119576/dfasbo6924/) | 8.30 - 9.00 |
| *Занятие 1* | *9.00 - 9.30* |
| *Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)* | *9.30 - 9.40* |
| *Занятие 2* | *9.40 - 10.10* |
| *Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)* | *10.10 - 10.20* |
| *Занятие 3* | *10.20 - 10.50* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки* | *10.50 - 12.00* |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 - 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, *оздоровительные и* гигиенические процедуры | 13.00 - 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.30 - 16.00 |
| *Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* | *16.00 - 16:40* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки* | *16.40 - 18.30* |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 *- 19.00* |
| *Игры, уход домой* | *19.00 - 19.45* |
| **Теплый период года** | |
| *Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность* | *7.45 - 8.20* |
| *Утренняя зарядка (гимнастика)* | *8.20 - 8.30* |
| Подготовка к завтраку, завтрак [\*](https://vip.1obraz.ru/#/document/118/119576/dfasbo6924/) | 8.30 - 9.00 |
| *Образовательная нагрузка во время прогулки*  *Занятие 1* | *9.00 - 9.30* |
| *Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)* | *9.30 - 9.40* |
| *Занятие 2* | *9.40 - 10.10* |
| *Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)* | *10.10 – 10.30* |
| *Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки* | *10.30 - 12.00* |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 - 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры | 13.00 - 15.30 |
| *Подготовка к полднику, полдник* | *15.30 - 16.00* |
| *Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)* | *16.00 - 16:30* |
| *Самостоятельная деятельность детей* | *16:30 - 17.00* |
| *Продолжение прогулки, возвращение с прогулки* | *17.00 - 18.30* |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 *- 19.00* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой* | *19.00 - 19.45* |

--------------------------------

*\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (*[*п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20*](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566276706/XA00M862NA/)*).*