

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МБДОУ № 90 «Сказка»  
\_\_\_\_\_ О.Н. Серкевич  
приказ № 53 от 01.09.2021 г

**Режим дня подготовительной группы (6-7 лет)**  
**МБДОУ № 90 «Сказка»**  
**согласно СанПиН 1.2.3685–21**

Длительность пребывания детей в группе: 12 часов

Сезон года: холодный

<b>Режимные мероприятия</b>		<b>Время</b>
<b>наименование</b>	<b>содержание</b>	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи Подготовка к НОД	08:30-09.00
Образоват. нагрузка	НОД 1	09:00-09.30
Перерыв	Физкультурные минутки	09.30-09.40
Образоват. нагрузка	НОД 2	09.40-10.10
Перерыв	Физкультурные минутки	10.10-10.20
Образоват. нагрузка	НОД 3	10.20-10.50
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.50-11.00
Прогулка	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка; Возвращение с прогулки: переодевание	11.00-12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00-12.35
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.35-15.05
Образоват. нагрузка/ самостоятельная деятельность	кружковая деятельность/спокойный досуг	15.05-15.35
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15:35-16:05
Прогулка, двигательная активность Самостоятельная деятельность, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры	16:05-19:00