

Согласован:

Ст. воспитатель / Нестерова С.Ю./

Врач: / Васильева Е.В./

Утверждаю:  
Заведующий ГБДОУ д/с № 113  
/ Метелица Е.Ю./  
Приказ № 232 от 31.08.2023 г.

## ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

### СТАРШЕЙ ГРУППЫ общеразвивающей направленности от 5 до 6 лет (площадка ул. Народная д. 85)

установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФООП ДО, СанПиН 1.2.3685-21,  
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и Санитарных правил СП 2.4.3648-20

на 2023 – 2024 учебный год

Утренний прием (осмотр, термометрия, опрос родителей о состоянии здоровья детей), игры, самостоятельная деятельность	7 <sup>00</sup> – 8 <sup>20</sup>
Утренняя зарядка	8 <sup>20</sup> – 8 <sup>30</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак	8 <sup>30</sup> – 8 <sup>50</sup>
Игры, подготовка к занятиям	8 <sup>50</sup> – 9 <sup>00</sup>
Занятия (включая перерывы между занятиями не менее 10 минут и перерыв во время занятия для гимнастики не менее 2 минут)	9 <sup>00</sup> – 10 <sup>00</sup>
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10 <sup>00</sup> – 10 <sup>15</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10 <sup>15</sup> – 12 <sup>15</sup>
Подготовка к обеду, обед	12 <sup>15</sup> – 12 <sup>40</sup>
Подготовка ко сну, дневной сон	12 <sup>40</sup> – 15 <sup>10</sup>
Постепенный подъем детей, закаливающие и гигиенические процедуры	15 <sup>10</sup> – 15 <sup>30</sup>
Подготовка к полднику, полдник	15 <sup>30</sup> – 15 <sup>50</sup>
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей	15 <sup>50</sup> – 17 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	17 <sup>00</sup> – 18 <sup>40</sup>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18 <sup>40</sup> – 19 <sup>00</sup>

В соответствии с Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21

«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. № 2 (пункт 185) при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают