



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГАУ НСО «Центр «Виктория»  
 Ю.А. Гужов  
 2024 г.

**Режим дня  
 группы дошкольного возраста «Теремок»  
 от 3 до 7 лет**

Содержание	Теплый период года с 01.06. по 31.08	Холодный период года с 01.09. по 31.05.	*Примечание
<b>Подъем</b>	<b>7:45 – 8:00</b>		
<b>Утренняя гимнастика (не менее 10 минут), гигиенические процедуры</b>	<b>8:00 – 8:30</b>		
<b>Завтрак (дежурство, подготовка к завтраку, прием пищи)</b>	<b>8:30 – 9:00</b>		
<b>Занятия (утренний круг, подготовка к занятиям, игры, досуги, самостоятельная деятельность детей)</b>	<b>9:00 – 10:50 на участке</b>	<b>9:00 – 10:50 в группе</b>	
<b>Второй завтрак (подготовка ко второму завтраку, прием пищи)</b>	<b>10:30 - 10:50</b>		
<b>Прогулка (подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность)</b>	<b>09:00 - 12:30</b>	<b>10:50 - 12:30</b>	Самостоятельная деятельность детей, свободная игра, работа в центрах активности
<b>Обед (возвращение с прогулки, дежурство, подготовка к обеду, гигиенические процедуры)</b>	<b>12:30 – 13:00</b>		
<b>Дневной сон (подготовка ко сну, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры)</b>	<b>13:00 – 15:30</b>		
<b>Полдник (подготовка к полднику, дежурство, прием пищи)</b>	<b>15.30 – 16.00</b>		
<b>Занятия (подготовка к занятиям, занятия со специалистами), 2 возрастная группа</b>	-	<b>16:00-16:30</b>	
<b>Прогулка (подготовка к прогулке, вечерний круг, культурные практики, досуги, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность)</b>	<b>16.00 – 18:00 на участке</b>	<b>16.30 – 18:00 на участке</b>	Культурные практики, досуги, самостоятельная деятельность детей
<b>Ужин (возвращение с прогулки, дежурство, подготовка к ужину, гигиенические процедуры)</b>	<b>18:00 – 18:30</b>		
<b>Самостоятельные занятия, игры</b>	<b>18:30 – 20:00</b>		
<b>2-й Ужин</b>	<b>20:00 – 20:20</b>		
<b>Гигиенические процедуры (подготовка ко сну)</b>	<b>20:20 – 21:00</b>		
<b>Сон</b>	<b>21:00</b>		

\*иные мероприятия при неблагоприятных условиях погоды в теплое время и в холодное время, исполнение п. 185 СанПиН 1.2.3685-21 «При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки детей до 7 лет сокращают».