

Утверждаю:  
Заведующий

МБДОУ «ЦРР-д/с №3 «Улыбка»  
/ Широбокова Э.В.

**Распорядок дня для детей 4-5 лет  
МБДОУ «ЦРР-д/с №3 «Улыбка»  
на 2024-2025 уч.год**

Распорядок дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 10-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.

Распорядок 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       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>Холодный период года</b>                                                                     |             |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7:30–8:20   |
| Утренняя зарядка                                                                                | 8:20–8:30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                  | 8:30–9:00   |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 9:00–9:15   |
| Занятие 1                                                                                       | 9:15–9:35   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)                                                 | 9:35–9:45   |
| Занятие 2                                                                                       | 9:45–10:05  |
|                                                                                                 | 10:05–10:15 |
| Второй завтрак                                                                                  | 10:15–10:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                         | 10:30–12:10 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                        | 12:10–12:30 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 12:30–15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                  | 15:30–15:45 |

| Содержание                                                                                      | Время       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Активное бодрствование детей (игры, чтение худ. литературы, предметная деятельность и другое)   | 15:45–16:15 |
| Самостоятельная деятельность детей                                                              | 16:15–16:45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                         | 16:45–17:45 |
| Уход домой                                                                                      | 17:45–18.00 |
| <b>Теплый период года</b>                                                                       |             |
| Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность | 7:30–8:20   |
| Утренняя зарядка (гимнастика)                                                                   | 8:20–8:30   |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                  | 8:30–9:00   |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                 | 9:00–9:15   |
| Образовательная нагрузка во время прогулки<br>Занятие 1                                         | 9:15–9:35   |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)                                                 | 9:35–9:45   |
| Занятие 2                                                                                       | 9:45–10:05  |
| Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)                                    | 10:05–10:25 |
| Второй завтрак (принимают во время прогулки)                                                    | 10.30-10.40 |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки                    | 10:25–12:25 |
| Подготовка к обеду, обед                                                                        | 12:25–12:45 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры     | 12:45–15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник                                                                  | 15:30–16:00 |
| Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                           | 16:00–16:15 |
| Самостоятельная деятельность детей                                                              | 16.15-16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                                 | 16.30-17.45 |
| Уход детей домой                                                                                | 17.45-18.00 |