

П.6 Годового плана
Рассмотрено и принято
На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 27.08.2025г.

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад № 153»
Е.Б. Колычева
Приказ № от 27.08.2025г.

**Режим дня для детей 5-7 лет
в МДОУ «Детский сад № 153» Ленинского района г.Саратова
на холодный период времени 2025-2026уч.года**

Режимные моменты, виды деятельности		Возраст, время (В), длительность в минутах (Д)			
		5-6 лет		6-7 лет	
		В	Д	В	Д
Прием, осмотр, общение с родителями, индивидуальная работа, трудовые поручения, самостоятельная деятельность.		7.00-8.00	60	7.00-8.00	60
<u>Утренний круг:</u> образование круга, приветствие, работа с календарем природы, ситуативная беседа, минутка здоровья, составление плана дня, завершающий ритуал		8.00-8.20	20	8.00-8.20	20
<u>Утренняя зарядка.</u>		8.20-8.30	10	8.20-8.30	10
Подготовка к завтраку. Дежурство (самостоятельное дежурство вводится со средней группы – вторая половина учебного года).		8.30-9.00	30	8.30-9.00	30
Завтрак. Гигиенические, закаливающие процедуры					
Занятия, взаимодействие со специалистами.		9.00-11.00	120	9.00-11.00	120
Самостоятельная деятельность.					
Перерыв во время занятий для гимнастики не менее 2 минут	Занятие 1	9.00-9.25	25	9.00-9.30	30
	Занятие 2	9.40-10.05	25	9.40-10.10	30
	Занятие 3	10.20-10.45	25	10.20-10.50	30
	Перерыв между занятиями	9.25-9.40 10.05-10.20	15 15	9.30-9.40 10.10-10.20	10 10
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак		10.10-10.20	10	10.10-10.20	10
Подготовка к прогулке.		11.00-11.10	10	11.00-11.10	10
Прогулка 1. Наблюдения, элементарная трудовая деятельность, сюжетно-ролевые и конструктивные игры, <i>подвижные игры и спортивные упражнения</i> , экспериментирование с объектами неживой природы, свободное общение педагога с детьми, индивидуальная работа по развитию ОВД. Самостоятельная деятельность		11.10-12.20	70	11.10-12.20	70
Возвращение с прогулки, гигиенические и закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, подготовка к обеду, дежурство		12.20-12.30	10	12.20-12.30	10
		12.30-12.45	15	12.30-12.45	15
Обед.		12.45-12.50	5	12.45-12.50	5
Гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну.		12.50-15.20	150	12.50-15.20	150
Сон		15.20-15.45	25	15.20-15.45	25
Постепенный подъем. Гигиенические и оздоровительные процедуры.					
Полдник.		15.45-16.30	45	15.45-16.30	45
Элементарная трудовая деятельность, познавательно-исследовательская деятельность, конструирование, музыкальная деятельность, игровая деятельность, чтение художественной литературы, досуги и развлечения, <i>профилактические упражнения</i> . Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность.					
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры, дежурство		16.30-16.55	25	16.30-16.55	25
Ужин. Гигиенические и закаливающие процедуры		16.55-17.00	5	16.55-17.00	5
<u>Вечерний круг:</u> условный сигнал, рефлексия, завершающий ритуал		17.00-17.10	10	17.00-17.10	10
Подготовка к прогулке.		17.10-19.00	110	17.10-19.00	110
Прогулка 2. Самостоятельные игры, индивидуальная работа по ОВД, РР, ФЭМП, <i>командные игры-эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения</i> , развлечения. Постепенный уход домой.					

Суммарный объем двигательной активности не менее 1ч в день