



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №29  
Н.А. Хазова  
«30» 2022 г.

**Примерный режим дня**  
**Подготовительная к школе группа (6 - 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Виды деятельности	Время в режиме дня	Длительность
<b>Приём детей</b> (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков) – уклад ДОУ	7.00 – 8.00	1 час
<b>Утренняя гимнастика</b>	8.00-8.10	10 мин.
<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения, дежурство) <b>Завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки, культура приема пищи) – уклад ДОУ	8.10 – 8.35	(5мин.) 25мин.
<b>Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах развития; подготовка к занятиям (дежурство)</b>	8.35 – 9.00	25 мин.
<b>Непосредственно образовательная деятельность (занятия) – основная программа</b>	1. 9.00 – 9.30 2. 9.40 – 10.10 3. 10.20 – 10.50	90 мин. (перерыв между занятиями – 10 мин.)
<b>2-й завтрак</b>	10.50 – 11.00	10 мин.
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе) – уклад ДОУ <b>3-е занятие – физкультура на воздухе</b> (в конце прогулки)	11.00 – 12.20	(10 мин.) 1 час 20 мин. (в т.ч. 15 мин.-занятие, 1 раз в неделю)
<b>Возвращение с прогулки</b> (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание) – уклад ДОУ	12.20 – 12.30	10 мин.
<b>Подготовка к обеду</b> (поручения, дежурство) <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи) – уклад ДОУ	12.30 – 13.00	(5 мин.) 30 мин.
<b>Подготовка ко сну.</b> <b>Сон</b> (дневной отдых)	13.00 – 15.35	2 час.35 мин.
<b>Постепенный подъём</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры) – уклад ДОУ	15.35 – 15.45	10 мин.
<b>Чтение художественной литературы</b>	15.45 – 16.00	15 мин.
<b>Подготовка к полднику</b> (поручения) <b>Уплотнённый полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)- уклад ДОУ	16.00 – 16.20	(5 мин.) 20 мин.
<b>Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность</b> (развитие общения, формирование личности ребенка) – уклад ДОУ <b>или дополнительное образование</b>	16.20 – 16.50	30 мин.
<b>Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения) - уклад ДОУ	16.50 – 17.10	20 мин.
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка</b> (общение с родителями). <b>Уход детей домой</b>	17.10 – 19.00	(10 мин.) 1 час 50 мин.
<b>Итого:</b>	12 часов	12 часов



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №29  
Н.А. Хазова  
«30» 2022 г.

**Примерный режим дня**  
**Подготовительная к школе группа (6 - 7 лет)**  
**(холодный период года)**

Виды деятельности	Время в режиме дня	Длительность
<b>Приём детей</b> (общение с родителями; совместные игры; самостоятельная деятельность в центрах развития; развитие общения; нравственное воспитание; формирование позитивных установок к труду и творчеству; воспитание культурно-гигиенических навыков) – уклад ДОУ	7.00 – 8.00	1 час
<b>Утренняя гимнастика</b>	8.00-8.10	10 мин.
<b>Подготовка к завтраку</b> (поручения, дежурство) <b>Завтрак</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки, культура приема пищи) – уклад ДОУ	8.10 – 8.35	(5мин.) 25мин.
<b>Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах развития; подготовка к занятиям (дежурство)</b>	8.35 – 9.00	25 мин.
<b>Непосредственно образовательная деятельность (занятия) – основная программа</b>	1. 9.00 – 9.30 2. 9.40 – 10.10 3. 10.20 – 10.50	90 мин. (перерыв между занятиями – 10 мин.)
<b>2-й завтрак</b>	10.50 – 11.00	10 мин.
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка</b> (развитие социального и эмоционального интеллекта; развитие общения; подвижные игры; наблюдения; общественно-полезный труд; труд в природе; безопасное поведение в природе) – уклад ДОУ <b>3-е занятие – физкультура на воздухе</b> (в конце прогулки)	11.00 – 12.20	(10 мин.) 1 час 20 мин. (в т.ч. 15 мин.-занятие, 1 раз в неделю)
<b>Возвращение с прогулки</b> (формирование навыков самообслуживания и уважение к труду взрослых; самообслуживание) – уклад ДОУ	12.20 – 12.30	10 мин.
<b>Подготовка к обеду</b> (поручения, дежурство) <b>Обед</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи) – уклад ДОУ	12.30 – 13.00	(5 мин.) 30 мин.
<b>Подготовка ко сну.</b> <b>Сон</b> (дневной отдых)	13.00 – 15.35	2 час.35 мин.
<b>Постепенный подъём</b> (профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры; воспитание культурно – гигиенических навыков; спокойные игры) – уклад ДОУ	15.35 – 15.45	10 мин.
<b>Чтение художественной литературы</b>	15.45 – 16.00	15 мин.
<b>Подготовка к полднику</b> (поручения) <b>Уплотнённый полдник</b> (формирование культурно-гигиенических навыков; культурно-гигиенические навыки; культура приема пищи)- уклад ДОУ	16.00 – 16.20	(5 мин.) 20 мин.
<b>Самостоятельная игровая деятельность; ситуативные беседы; творческая деятельность</b> (развитие общения, формирование личности ребенка) – уклад ДОУ <b>или дополнительное образование</b>	16.20 – 16.50	30 мин.
<b>Игры; самостоятельная деятельность детей в центрах развития</b> (нравственное воспитание; усвоение общепринятых норм поведения) - уклад ДОУ	16.50 – 17.10	20 мин.
<b>Подготовка к прогулке</b> <b>Прогулка</b> (общение с родителями). <b>Уход детей домой</b>	17.10 – 19.00	(10 мин.) 1 час 50 мин.
<b>Итого:</b>	12 часов	12 часов

**Общий подсчёт времени**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Длительность</b>
<b>Прогулка</b>	<b>3 часа 10 мин.</b>
<b>Непосредственно образовательная деятельность (занятия) (основная программа)</b>	<b>50 мин. (+ 10 мин. перерыв)+ 25 мин (2-я пол.дня)</b>
<b>Организованная образовательная и воспитательная деятельность в режимных моментах и детские активности: игры; самостоятельная и совместная с педагогом деятельность; ситуативные беседы. воспитание культурно-гигиенических навыков, двигательная активность, дополнительная образовательная деятельность.</b>	<b>5 часов</b>
<b>Сон (дневной отдых)</b>	<b>2 часа 35 мин.</b>
<b>Итого:</b>	<b>12 часов</b>