



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Михайловский детский сад
«Солнышко»
_____ Т.Н.Вострикова

Приказ № 191-0
от 01.09.2026г.

Режим дня старшей группы (5-6 лет) в МБДОУ Михайловский детский сад «Солнышко» на холодный период 2026-2027 учебный год.
Установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, 2.4.3648-20 и СанПин 2.3/2.4.4282-26 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования МБДОУ Михайловский детский сад «Солнышко».

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	- Осмотр детей, термометрия - игры детей; - самостоятельная деятельность дошкольников	07.30–08.00
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08.00–08.20
Завтрак	- Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - прием пищи; - гигиенические процедуры после приема пищи	08.20–09.00
Образовательная нагрузка	Занятие	09.00–09.25
Перерыв	Физкультурные минутки	09.25–09.35
Образовательная нагрузка	Занятие	09.35–10.00
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей.	10.00–10.25

Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи Приём пищи, гигиенические процедуры	10.25– 10.45
Прогулка, двигательная активность	• Подготовка к прогулке: переодевание; • прогулка: подвижные игры; • возвращение с прогулки: переодевание	10.45– 12.10
Обед	• Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; • прием пищи; • гигиенические процедуры после приема пищи	12.10– 13.00
Дневной сон	• Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; • дневной сон; • пробуждение: постепенный подъем, переодевание	13.00– 15.30
Самостоятельная деятельность	Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей	15.30– 15.40
Полдник	• Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; • прием пищи; • гигиенические процедуры после приема пищи	15.40– 16.00
Образовательная нагрузка – 3 дня в неделю	Занятие	16.00 – 16.25
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка	16.25– 18.00