

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ - детский
сад комбинированного вида №102
И.Ф. Гайнуллина
Приказ № 85 от 31.08.2026 года.

Распорядок и режим дня детей 5-6 лет (старшая группа)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)

Вид деятельности	Время	Организованные формы
Прием, осмотр, термометрия, культурно-гигиенические процедуры, самостоятельные игры детей	07:30 – 08:10	Самостоятельная деятельность/ взаимодействие с родителями
Утренняя зарядка	08:10 – 08:20	Образовательная деятельность в режимных моментах
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак	08:20 – 08:45	Образовательная деятельность в режимных моментах
Игровая деятельность, игры на развитие мелкой моторики	08:45 – 09:00	Образовательная деятельность в режимных моментах / игровая самостоятельная деятельность
Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (общая длительность, включая перерыв)	09:00 – 10:00	Непрерывная образовательная деятельность. Перерыв между периодами НОД не менее 10 минут (динамическая пауза/игровая деятельность)
Игровая деятельность, общение, познавательно-исследовательская, трудовая деятельность.	10:00 - 10:10	Самостоятельная деятельность/Совместная деятельность воспитателя и детей
Второй завтрак	10:10 – 10:20	Образовательная деятельность в режимных моментах
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная активность)	10:20 – 11:55	Образовательная деятельность в режимных моментах / самостоятельная деятельность
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические процедуры	11:55 – 12:10	Образовательная деятельность в режимных моментах
Подготовка к обеду, обед	12:10 – 12:30	Образовательная деятельность в режимных моментах
Подготовка к дневному сну, сон**	12:30 – 15:00	Образовательная деятельность в режимных моментах
Постепенный подъем, ленивая гимнастика, гигиенические, закаливающие процедуры.	15:00 – 15:15	Образовательная деятельность в режимных моментах
Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности.	15:20 – 15:45	Непрерывная образовательная деятельность.
Игровая деятельность, общение, познавательно-исследовательская, трудовая деятельность.	15:45 – 16:10	Самостоятельная деятельность/Совместная деятельность воспитателя и детей
Подготовка к полднику, полдник	16:10 – 16:30	Образовательная деятельность в режимных моментах
Игровая деятельность, общение	16:30 – 16:45	Самостоятельная деятельность/Совместная деятельность воспитателя и детей
Подготовка к прогулке. Прогулка, двигательная активность детей, уход домой	16:45 – 18:00	Образовательная деятельность в режимных моментах/Самостоятельная деятельность/взаимодействие с родителями

*В связи с тем, что детский сад работает в режиме сокращенного пребывания детей (10,5 часов), родителям рекомендуется гулять с детьми после посещения детского сада не менее 40 мин.

**Дневной сон в ДОУ для групп детей старшего возраста организуется однократно продолжительностью - 2,5 часа.

*** Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа