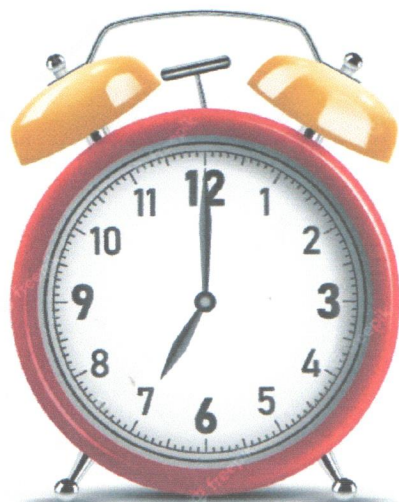


Утверждаю
Директор детского дома №1
Шагвалиева Е. А.



Режим дня детей дошкольного возраста (4-7 лет)

Подъем	07.00
Зарядка	07.00 – 07.15
Утренний туалет	07.15 - 07.40
Завтрак	07.40 - 08.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	08.00- 09.00
Образовательная деятельность (с перерывами 10 мин)	09.00 – 10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.30
Самостоятельная деятельность	10.30 – 11.00
Прогулка	11.00 – 12.00
Самостоятельная деятельность. Подготовка к обеду.	12.00 – 12.30
Обед	12.30 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.30
Подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.30 – 16.00
Полдник	16.00 – 16.20
Прогулка	16.20 – 18.30
Подготовка к ужину. Ужин	18.30 – 19.00
Самостоятельная деятельность.	19.00 – 19.30
Второй ужин	19.30 – 19.45
Подготовка ко сну	19.45 – 20.00
Ночной сон	20.00



Составлен согласно СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (вместе с "СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 N 62296)