

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара  
Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

**Примерный режим дня  
в группах  
МБДОУ «Детский сад №61»  
г.о.Самара  
на 2015-2016 учебный год**

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня во 2 младшей группе №4 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>в дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между ее различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

По действующему СанПиН для детей младшего возраста 3-4 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 15 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03).

Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня во 2 младшей группе №11 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>в дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-11.40
Возвращение с прогулки, игры	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между ее различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

По действующему СанПиН для детей младшего дошкольного возраста от 3 до 4 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 15 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в средней группе №9 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>в дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.55
Игра, самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20; 9.40-10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-11.55
Возвращение с прогулки, игры	11.55-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 4 до 5 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 20 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в средней группе №12 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>в дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.55
Игра, самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20; 9.40-10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-11.55
Возвращение с прогулки, игры	11.55-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20-30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 4 до 5 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 20 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в старшей группе №1 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.05
Возвращение с прогулки, игры	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 5 до 6 лет планируют не более 13 занятий в неделю продолжительностью не более 25 мин. (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в старшей группе №8 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.05
Возвращение с прогулки, игры	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 5 до 6 лет планируют не более 13 занятий в неделю продолжительностью не более 25 мин. (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в старшей группе №10 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.05
Возвращение с прогулки, игры	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 5 до 6 лет планируют не более 13 занятий в неделю продолжительностью не более 25 мин. (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в подготовительной к школе группе №3 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
<i>Спокойные игры, гигиенические процедуры</i>	
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста 6-7 лет планируют не более 14 занятий в неделю продолжительностью не более 30 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03).

Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в подготовительной к школе группе №5 на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста 6-7 лет планируют не более 14 занятий в неделю продолжительностью не более 30 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03).

Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в старшей группе №7 (логопедическая) на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.05
Возвращение с прогулки, игры	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста от 5 до 6 лет планируют не более 13 занятий в неделю продолжительностью не более 25 мин. (СанПиН 2.4.1.1249-03). Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 61» городского округа Самара

Самара–114, пр.Кирова, 397а ~ [ds61@samtel.ru](mailto:ds61@samtel.ru) ~ Тел.956-67-74. факс 956-44-33

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №61» г.о.Самара

\_\_\_\_\_ Иерусалимова М.В.

от 31 августа 2015г.

## Примерный режим дня в подготовительной к школе группе №6 (логопедическая) на 2015-2016 учебный год

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.15
Возвращение с прогулки, игры	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30
Игры, уход детей домой	18.30-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка	19.00-20.00
<i>Спокойные игры, гигиенические процедуры</i>	
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. По действующему СанПиН для детей возраста 6-7 лет планируют не более 14 занятий в неделю продолжительностью не более 30 минут (СанПиН 2.4.1.1249-03).

Одно из трех физкультурных занятий с детьми следует круглогодично проводить на открытом воздухе.