

«Утверждаю»

Главный врач СПб ГБУЗ

«Детский санаторий «Звездочка»

А.Б.Малашкин

2018 г.

Приказ № 53-о от 01.10.2018г.



**Распорядок дня
дошкольники
(подготовительная группа)
(осеннее - зимний период)**

Время	Режимные моменты
8 ⁰⁰ -8 ⁴⁵	Подъём, утренний туалет, зарядка
8 ⁴⁵ -9 ¹⁵	Завтрак
9 ¹⁵ -10 ⁵⁰	Непрерывная образовательная деятельность
10 ⁰⁰ -10 ³⁰	Врачебный осмотр
10 ⁵⁰ -11 ⁰⁰	Второй завтрак
11 ⁰⁰ -12 ³⁰	Прогулка, совместная деятельность с педагогом
12 ³⁰ -12 ⁴⁵	Возвращение с прогулки, мытье рук
12 ⁴⁵ -13 ¹⁵	Обед
13 ¹⁵ -13 ⁴⁰	Самостоятельная деятельность, игра
14 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Дневной сон
16 ⁰⁰ -16 ¹⁵	Подъём, гигиенические процедуры
16 ¹⁵ -16 ⁴⁵	Полдник
16 ⁴⁵ -18 ²⁰	Прогулка, культурно - досуговая деятельность
18 ²⁰ -18 ⁴⁵	Возвращение с прогулки, мытье рук
18 ⁴⁵ -19 ¹⁵	Ужин
19 ¹⁵ -20 ³⁰	Игры, совместная деятельность педагога с детьми
21 ⁰⁰ -8 ⁰⁰	Ночной сон
9 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	Лечебные процедуры

Согласно Сан ПиН от 15.05.2013г.№26 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»