

РЕЖИМ ДНЯ ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

РЕЖИМ ДНЯ ГРУППА младшего ВОЗРАСТА С 3 – 4 ЛЕТ

Приём детей (фильтр здоровья, беседа с родителями, эмоциональный настрой на день)	с 7.30
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность , общее утреннее приветствие	7.30 – 8.10
Утренняя гимнастика (мягкая физическая разминка)	8.10 – 8.15 в группе
Подготовка к завтраку. Завтрак. Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к совместной образовательной деятельности, гигиенические процедуры)	8.20 – 9.00 (8.15 – получение завтрака на кухне)
Совместная образовательная деятельность (30 минут в день в первой половине дня)	9.00 – 9.15 – СОД 9.15 – 9.25 – перерыв, проветривание 9.25 – 9.40 – СОД
Подготовка ко II завтраку. Второй завтрак	9.40 – 9.50 (9.30 – получение II завтрака на кухне)
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки	9.50 – 11.50
Подготовка к обеду. Обед	11.50 – 12.20 (11.40 – получение обеда на кухне)
Подготовка к дневному сну. Сон	12.20 – 15.00
Подъём (постепенное пробуждение, разминка в постели, щадящее закаливание, питьевой режим). Самостоятельная деятельность детей	15.00 – 15.20
Совместная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.20 – 15.35
Подготовка к полднику. Полдник. Самостоятельная деятельность детей	15.35 – 16.05 (15.25 – получение полдника на кухне)
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность. Подготовка к прогулке. Прогулка	16.05 – 18.00

Согласно СанПиН 1.2.3685–21, продолжительность ежедневных прогулок составляет **не менее трех часов** для детей до 7 лет в зависимости от возраста и погодных условий