

РЕЖИМ ДНЯ ГРУППА среднего ВОЗРАСТА С 4 - 5 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 – 8.20 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 (40 минут в день)	9.00 – 9.20 – СОД 9.20 – 9.30 – перерыв, проветривание 9.30 – 9.50 – СОД
Подготовка ко II завтраку. Второй завтрак	9.50 – 10.00 (9.35 – получение II завтрака на кухне)
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная и совместная со взрослыми деятельность (игры, двигательная активность, наблюдения), (труд в природе, общественно-полезный труд – не более 8 минут в день). Возвращение с прогулки	10.00 – 12.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 – 12.30 (11.55 – получение обеда на кухне)
Подготовка к дневному сну. Сон	12.30 – 15.00
Подъём (постепенное пробуждение, разминка в постели, щадящее закаливание, питьевой режим). Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник. Совместная образовательная деятельность, индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей	15.30 – 16.00 (15.25– получение полдника на кухне)
Самостоятельная и совместная со взрослым деятельность. Подготовка к прогулке. Прогулка	16.00 – 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