УТВЕРЖДЕН:

приказом директора

МОУ Красноярская НШ-детский сад № 36-о от « 29 » августа 2022 г.

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные мероприятия** | | **Разновозрастная группа /3-7лет/** | | | | |
|  |  | | | |
| **Наименование** | **Содержание** | **От 3 до 4 лет** | **От 4 до 5 лет** | | **От 5 до 6 лет** | **От 6 до 7 лет** |
|  | |  |  |
| **Утренний прием** | **Приём детей, осмотр, термометрия; игры детей, индивидуальная, групповая работа с детьми, самостоятельная деятельность детей** | **07.30-08.20** | | | | |
| **Утренняя зарядка** | **Упражнения со спортивным инвентарем и без него** | **08.20-08.30** | | | | |
| **Завтрак** | **Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры.**  **Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи** | **08.30-09.00** | | | | |
| **Образовательная нагрузка** | **ООД 1**  **Перерыв**  **ООД 2**  **Перерыв**  **ООД 3** | **09.00-09.15**  **09.15-09.40**  **09.40-09.55** | **09.00-09.20**  **09.20-09.40**  **09.40-10.00** | | **09.00-09.25**  **09.25-09.40**  **09.40-10.05**  **10.40-11.05** | **09.00-09.30**  **09.30-09.40**  **09.40-10.10**  **10.40-11.10** |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **Отдых, игры** | **09.55-10.30**  **10.40-11.00** | **10.00-10.30**  **10.40-11.00** | | **10.05-10.30** | **10.10-10.30** |
| **Второй завтрак** | **Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры.**  **Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи** | **10.30-10.40** | | | | |
| **Прогулка, двигательная активность** | **Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки (переодевание)** | **11.00-12.15** | | **11.10-12.25** | | |
| **Обед** | **Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры.**  **Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи** | **12.15-12.45** | | **12.25-12.50** | | |
| **Дневной сон** | **Подготовка ко сну, сон.**  **Пробуждение, постепенный подъем, гимнастика после сна** | **12.45-15.30** | | **12.50-15.30** | | |
| **Полдник** | **Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры.**  **Прием пищи. Гигиенические процедуры после приема пищи** | **15.30-15.45** | | | | |
| **Самостоятельная деятельность детей** | **Игры, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность детей** | **15.45-16.10** | | | | |
| **Прогулка, уход детей домой** | **Вечерняя прогулка, подвижные игры** | **16.10-17.30** | | | | |