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** |