

Утверждаю:
 директор МБОУ ЦО № 42 / Е.Н. Кубанова
 приказ от 31.08.2023 № 161-09



Режим дня МБОУ ЦО № 42
 (ул. Станиславского, 12 А)
 на холодный период 2022 -2023 учебного года
 Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

В соответствии с требованиями:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 утверждено четырехкратное питание (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник с включением блюд ужина);

- СанПиН 1.2.3685-21:

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 минут.
- продолжительность дневного сна для детей от 1 до 3-х лет составляет не менее 3-х часов;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день.

<i>Режимные моменты</i>	<i>Режимные</i>	<i>Время проведения</i>
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность детей		07.00–08.00
<i>Занятие 1 (по подгруппам)</i>		08.00 – 08.10(I) 08.20 – 08.30 (II)
Подготовка к завтраку, завтрак		08.30–09.00
Игры, самостоятельная деятельность детей		09.00 – 09.10
<i>Занятие 2 (по подгруппам)</i>		09.10 – 09.20 (I) 09.30 – 09.40 (II)
Игры, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к второму завтраку		09.40 – 10.30
Второй завтрак		10.30 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка – игры, совместная со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей		10.35 – 11.50
Длительность первой прогулки		55 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну		11.50 – 12.30
Дневной сон		12.30 – 15.30
Длительность дневного сна		3 часа
Постепенный подъем, воздушные процедуры, корригирующая гимнастика после сна, совместная со взрослым деятельность, самостоятельная игровая деятельность, чтение художественной литературы		15.30 -16.00
Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина		16.00 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка - игры, совместная со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей; уход домой		16.35–19.00
Длительность второй прогулки		2 часа 05 мин.
Общая продолжительность прогулки		3 часа