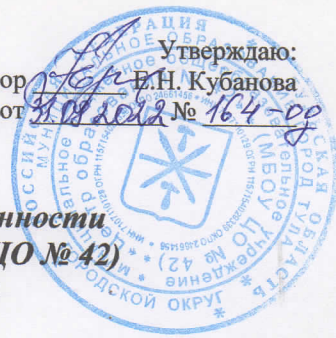


директор
приказ от

Утверждаю:
Е.Н. Кубанова
№ 164-09



РЕЖИМ ДНЯ
(вторая младшая группа общеразвивающей направленности
дошкольного подразделения, ул. Шевченко, 56 МБОУ ЦО № 42)
2022-2023 учебный год (холодный период года)

В соответствии с требованиями:

- СанПиН 1.2.3685 – 21 от 28.01.2021 г. № 2 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»:

- длительность утренней гимнастики – не менее 10 мин.;
- продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3-х часов в день и сокращается при температуре воздуха -15 °С и скорости ветра более 7м/с;
- продолжительность дневного сна для детей от 3-х до 7-ми лет – не менее 2,5 часов.

**Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.*

Режимные моменты	Время проведения
Прием и утренний фильтр воспитанников, утренняя гимнастика, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к завтраку	07.00 – 08.25
Завтрак	08.25 – 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.45 – 08.50 (понед., ср., пятн.)/ 08.45 – 09.00 (вт., четв.)
Непрерывная образовательная деятельность с включением физкультминуток и гимнастики для глаз, контролем за осанкой при использовании ЭСО	08.50 – 09.30 (понед., ср., пятн.)/ 09.00 – 09.45 (вт., четв.)
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка ко второму завтраку	09.30 – 10.30 (понед., ср., пятн.)/ 09.45 – 10.30 (вт., четв.)
Второй завтрак , подготовка к прогулке	10.30 – 10.50
Прогулка – игры, организованная совместная со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей	10.50 – 11.50
<i>Длительность первой прогулки</i>	1 час
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к обеду, обед , подготовка ко сну	11.50 – 12.45
Дневной сон	12.45 – 15.15
<i>Длительность дневного сна</i>	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика после сна, игры	15.15 – 15.30
Игры, организованная совместная со взрослым деятельность, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, подготовка к уплотненному полднику	15.30 – 16.30
Уплотненный полдник с включением блюд ужина , подготовка к прогулке	16.30 – 16.55
Прогулка - игры, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.55 – 19.00
<i>Длительность второй прогулки</i>	2 часа 5 мин.
<i>Общая продолжительность прогулки</i>	3 часа 5 мин.