

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ «Детский сад «Аленка»
 Еременко Т.А.
 (подпись) (Ф.И.О.)
 Приказ № 26 от 31 августа 2023 г.

**Режим дня на холодный период с
 01.09.2023г. до 30.05.2024г.**

	1,2 подготовительные к школе группы от 6 лет
Прием, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	08.00-08.40
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования)	08.30 – 08.40
Утренняя гимнастика	08.40-08.50
Игры, подготовка к завтраку	08.50 – 09.00
Завтрак	09.00-09.10
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена)	09.10-09.30
Занятия, занятия со специалистами	09.30-10.00 10.10-10.40
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	10.40-10.50
Второй завтрак	10.30-10.35
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	10.50-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность , самостоятельная деятельность	11.10-12.20
Длительность 1 –ой прогулки	70 мин
Подготовка к обеду	12.20-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.20
Дневной сон	2 часа 30 мин
Постепенный подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.20-15.30
Подготовка к полднику	15.30-15.35
Полдник	15.35-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, ЧХЛ	15.45-15.50
Занятия	15.50-16.15
Двигательная деятельность (самостоятельное использование физкультурного оборудования, оздоровительные технологии)	16.15-16.30
Игры, подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность	16.30-18.30
Длительность 2-й прогулки	110 мин
Общая продолжительность прогулки (в минутах)	3ч

Режим дня на теплый период с 01.06.2024г. до 31.08.2024г.

	1,2 подготовительные к школе группы от 6 лет
Прием, осмотр, игры на открытом воздухе	08.00-08.20
Двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования)	08.20-08.40
Совместная деятельность взрослого и детей, индивидуальная работа	08.40-08.50
Утренняя гимнастика на открытом воздухе	08.50-09.00
Завтрак	09.00- 09.10
Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена)	09.10- 09.55
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность (активный отдых, подвижные и спортивные игры и упражнения)	09.55-12.25

Второй завтрак	10.30-10.35
Самостоятельная деятельность (личная гигиена, подготовка к обеду)	12.25-12.35
Двигательная активность (оздоровительные технологии)	12.35-21.40
Обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.30
Постепенный подъем; водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.30-15.40
Подготовка к полднику	15.40-15.45
Полдник	15.45 – 15.55
Театрализация/досуги/Дни рождения/ Совместная деятельность	15.55-16.20
Самостоятельная деятельность, ЧХЛ	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка , в том числе двигательная активность (самостоятельное использование физкультурного оборудования, оздоровительные технологии)	16.40-18.30
Продолжительность прогулок	4 ч 20 мин
Дневной сон с открытой фрамугой	2 часа 30 мин