

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  Brosлавская Е.Е.
Врач  Позёмова Н.В.
Зам. зав. по ВР  Мацкевич Н.В.

РЕЖИМ ДНЯ
1 МЛАДШАЯ «СОЛНЫШКО»

Вид деятельности	Время
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика.	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25-8.45
Игры, совместная деятельность педагога с детьми.	8.45-9.45
Второй завтрак.	По расписанию
Подготовка к прогулке. Прогулка.	9.45-11.30
Возвращение с прогулки.	11.30-11.40
Подготовка к обеду. Обед.	11.40-12.15
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.15-15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика.	15.15-15.30
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-15.45
Игры. Совместная и самостоятельная деятельность.	15.45-16.45
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.45-18.15
Возвращение с прогулки. Игры, самостоятельная деятельность, уход домой.	18.00-19.00

- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов. (п.-11.4)
- Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулок определяется ДОО в зависимости от климатических условий. (п.-11.5)
- Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. (п.-11.6)
- Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закалывающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. (п.-11.7)
- На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к ОД, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. (п.- 11.8)
- Продолжительность ННОД для детей до 3-х лет – не более 10 минут. (п.-11.10)
- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки не превышает 30 минут. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут. (п.-11.11)