Согласовано
Медсестра МБДОУ ДС №1 р.п.Тамала
_____ Л.М. Ермакова

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ ДС №1 р.п. Тамала
_____ С.М.Федина.
Приказ №30 от 29 августа 2024 г

РЕЖИМ ДНЯ
(холодный период года)

ГРУППА № 9
(Вишневский филиал МБДОУ ДС №1 р.п.Тамала)
РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ГРУППА (от 1 до 7 лет)
группа полного дня (10,5 часов пребывания детей)

Режимные моменты	до 1,5 лет	от 1,5 до 4 лет	От 4 до 7 лет
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7.00 – 8.20		
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.20 - 8.30		
Подготовка к завтраку, завтрак [1]	8.30 - 8.50		
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.50-10.05	8.50 – 9.15	
Занятие 1 [2; 4]	-	9.15 -9.30	9.15- 9.40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	-	9.350 -9.50	09.40-9.50
Занятие 2 [2; 4]	-	9.50-10.05	9.50-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки [3]	10.05-11.45		10.15-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45 - 12.05		
Подготовка ко сну, дневной сон[5]	12.05- 15.05		
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.05 – 15.15		
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35		
Занятие 3 [2]	-		15.35-16.00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры), самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки [3]	15.35-17.00		16.00-17.30
Уход домой	до 17:30		

[1] Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5 % соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
[2] Перерыв во время занятий для гимнастики не менее 2-х минут (Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания")
[3] При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. (п.185 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания")
[4] При одновременном начале занятие для детей раннего, младшего и среднего возраста заканчивается раньше.
[5] Детей с трудным засыпанием и чутким сном укладывать первыми и поднимать последними. Более старших детей после сна поднимать раньше. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр ("МР 2.4.0259-21. 2.4. Гигиена детей и подростков).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 337396642673316130395918289135989875618693781143

Владелец Федина Светлана Мукаддясовна

Действителен С 19.01.2024 по 18.01.2025