

35.24. Режим дня для I младшей группы

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20 условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

| Содержание | Время |
|---|------------------|
| Холодный период | |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры | 7:45–8:20 |
| Утренняя зарядка | 8:20–8:30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:30–9:00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 9:00 – 9:10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9:10 – 10:10 |
| Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам) | 10:10– 10:25 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 10:25 – 10:35 |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам) | 10:35– 10:45 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 10:45– 12:00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12:00– 12:30 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12:30– 15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:30– 16:00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16:00– 16:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, возвращение с прогулки | 16:30– 18:00 |
| Самостоятельная деятельность детей | 18:00– 18:30 |

| | |
|---|------------------|
| Подготовка к ужину, ужин | 18:30– 19:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 19:00– 19:45 |
| Теплый период | |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры | 7:45 – 8:20 |
| Утренняя зарядка | 8:20 - 8:30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:30 – 9:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9:00– 11:00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 11:00 – 12:00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12:00– 12:30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 12:30 – 15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:30– 16:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровые образовательные ситуации, возвращение с прогулки | 16:00– 17:00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 17:00– 18:30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18:30– 19:00 |
| Игры, уход детей домой | 19:00– 19:45 |