**Режим дня для детей**

**разновозрастной группы на 2023-2024 учебный год**

***ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Содержание***  | ***Время*** |
|  | ***1,5-3 года*** | ***3-5 лет*** | ***5-7 лет*** |
| Утренний прием. Проведение термометрии, общение с родителями, игры, прогулка, самостоятельная деятельность | 700 - 815 |
| Утренняя гимнастика: упражнения со спортивным инвентарем и без | 815 - 820 | 815 - 825 |
| Гигиенические процедуры. | 825 - 830 |
| Завтрак: подготовка к приему пищи, посадка детей за столами, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи | 830 – 900 |
| Самостоятельная деятельность: отдых | - | 900 – 910 |
| Образовательная деятельность: Занятие 1 | 900 – 910  | 910 – 930 | 910 – 935 |
| Перерыв: физкультурная минутка  | 910 - 920 | 935 - 945  |
| Самостоятельная деятельность: отдых | 920 – 935 | - |
| Образовательная деятельность: Занятие 2 | 935 – 945  | 945 – 1005 | 945 - 1010 |
| Самостоятельная деятельность: отдых | 945 – 1020 | 1010 – 1020 |
| Второй завтрак: подготовка к приему пищи , посадка детей за столами, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи | 1020 – 1030 |
| Прогулка, двигательная деятельность: подготовка к прогулке, прогулка, оздоровительные и закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика, возвращение с прогулки | 1030 – 1145 |
| Обед: подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столами, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи | 1145 – 1215 |
| Дневной сон: подготовка ко сну, поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати  | 1215 – 1515 |
| Пробуждение: постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры | 1515 – 1525 |
| Полдник: подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столами, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи | 1525 –15 40 |
| Образовательная деятельность: Занятие 3 | - | - | 1540 – 1605  |
| Самостоятельная деятельность: спокойный досуг | 1605 – 1615 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, индивидуальная работа, общение с родителями, уход домой  | 1615 – 1730 |