**Примерный режим дня на холодный период года (с 01.09.2023 - 31.05.2024)**

(в группах с 10,5-часовым пребыванием)

|  |  |
| --- | --- |
| Группы/режимные моменты | Группа раннего возраста (1-3)  А-1 «Белочки» |
| Утро радостных встреч:  утренний приём в группе/ **на улице** (утренняя прогулка)  (встреча детей в группе/на прогулочной площадке, осмотр детей, термометрия, игры детей) / *двигательная активность\** | 7.30 – 7.50  **(20 мин.)**  *15 мин.\** |
| Подготовка к утренней гимнастике | 7.50 – 8.05 |
| Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарём и без него)/ *двигательная активность\** | 8.05 – 8.15  (10 мин.)  *10 мин.\** |
| Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Посадка детей за столами | 8.15 – 8.25 |
| Завтрак (приём пищи). | 8.25-8.50 |
| Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности) | 8.50-9.00 |
| Образовательная деятельность  (в соответствии с расписанием на уч.год) */*  *двигательная активность\** *(физкультминутки в середине статистического занятия 3-5 мин.)* | 9.00-9.10 (1)  9.20-9.30 (2)  (подгруппами)  Перерыв 10 мин.  *5 мин.\** |
| Подготовка ко 2 завтраку. 2 завтрак | 9.29 -9.40 |
| Подготовка к прогулке, переодевание.  **Прогулка** (наблюдение, труд, дидактические, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера) /*двигательная активность\** | 9.40-9.55  (выход детей подгруппами)  9.55-11.15  **(1ч.20 мин.)**  *15 мин. \** |
| Возвращение с прогулки. Переодевание. Гигиенические навыки. Подготовка к обеду | 11.15-11.40 |
| Обед | 11.40–12.05 |
| Подготовка ко сну.    Сон | 12.05 – 12.15  12.15-15.15  (3 ч.) |
| Подъём. Гимнастика после дневного сна. Культурно – гигиенические навыки (умывание, одевание, причёсывание) */двигательная активность\** | 15.15–15.35  *15 мин.\** |
| Подготовка к полднику (посадка детей за столами) | 15.35- 15.40 |
| Полдник. | 15.40-15.55 |
| Образовательная деятельность, досуги, развлечения, чтение художественной литературы (ежедневно) | 15.55-16.05 (1)  16.15-16.25(2)  (подгруппами)  Игра - занятие |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа (совместная) | 16.23-16.30 |
| Подготовка к прогулке. Переодевание | 16.30 – 16.40 |
| **Прогулка** (наблюдение игры..) / *двигательная активность\**  Уход детей домой. | 16.40-18.00  **(1 ч.20 мин.)**  *15 мин. \**  18.00 |

Ознакомлены:

Воспитатель:

Воспитатель: