|  |  |
| --- | --- |
|  | **F:\КОМПЛЕКСНАЯ\Документы, май 2024 г\утверждаю.jpg** |

**Режим дня группы № 3**

Режим дня разработан на основе: примерных режимов дня, предлагаемых авторами инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы»; СанПиН

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **№ 3 (2-3 года)** |
| Прием и осмотр детей, игровая деятельность, утренняя гимнастика | 07.00- 08.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.15-09.00 |
| Занятие в игровой форме 1 подгруппа | 09.00-09.10 |
| Занятие в игровой форме 2 подгруппа | 09.10 - 09.20 |
| Игровая деятельность | 09.20 - 09.35 |
| Второй завтрак | 09.35 - 09.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 09.50-11.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.20-12.20 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.20-15.20 |
| Постепенный подъем | 15.20-15.30 |
| Игровая деятельность | 15.30-15.50 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник | 15.50-16.20 |
| Занятие в игровой форме | 16.20-16.30 |
| Игровая деятельность | 16.30-17.30 |
| Прогулка, уход домой | 17.30-19.00 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Продолжительность утренней зарядки** | 10 мин |
| **Продолжительность суммарной образовательной нагрузки** | 20 мин |
| **Продолжительность прогулок** | 3,0 час |
| **Продолжительность дневного сна** | 3,0 час |
| **Суммарный объем двигательной активности** (самостоятельная двигательная активность, утренняя зарядка, физкультминутки) | |  |  | | --- | --- | |  |  |   1,0 час |