

**Режим работы дошкольной группы МБОУ «Яснэгская СОШ»**  
*Режим полного дня 10,5 часов*

Режимные мероприятия		Группа раннего возраста / Первая младшая / Вторая младшая группа	Средняя / Старшая / Подготовит. группа
Наименование	Содержание		
<b>Утренний прием</b>	<i>Осмотр воспитанников. Измерение температуры воспитанников. Опрос родителей о состоянии здоровья детей.</i>	<b>07.30 - 08.10</b>	<b>07.30 - 08.10</b>
<b>Утренняя зарядка</b>	<i>Упражнения со спортивным инвентарем и без него</i>	<b>08.10 - 08.25</b>	<b>08.10 - 08.25</b>
<b>Завтрак*</b>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.</i>	<b>08.30 - 08.50</b>	<b>08.30 - 08.50</b>
Самостоятельная деятельность	<i>Двигательная активность; Физкультурные минутки; Досуг; Игры.</i>	<b>По расписанию образовательной деятельности</b>	
Образовательная деятельность	<i>Занятия</i>		
<b>Прогулка, двигательная активность</b>	<i>Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры. Возвращение с прогулки: переодевание.</i>	<b>10.30 – 12.00</b>	<b>10.30 – 12.00</b>
<b>Обед</b>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.</i>	<b>12.00 - 12.30</b>	<b>12.00 - 12.30</b>
<b>Дневной сон</b>	<i>Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание.</i>	<b>12.30 - 15.30</b>	<b>12.30 - 15.30</b>
<b>Полдник</b>	<i>Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи.</i>	<b>15.30 - 15.45</b>	<b>15.30 - 15.45</b>
Образовательная деятельность	<i>Занятия</i>	<b>По расписанию образовательной деятельности</b>	
Самостоятельная деятельность	<i>Спокойный досуг</i>		
<b>Прогулка, уход домой</b>	<i>Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка</i>	<b>16.30 - 18.00</b>	<b>16.30 - 18.00</b>

\*Время на второй завтрак не выделено, т.к. увеличена калорийность первого завтрака на 5 процентов  
(подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

