

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол № _1_ от 29.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
детский сад № 3 «Малыш»
г.Томари Сахалинской области
Т.Н.Манжара
Приказ № 49 от 30.08.2024

**Режим дня
в МБДОУ детский сад № 3 «Малыш» г.Томари
на холодный период года (от 3-х до 5-ти лет)**

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия Игры детей, утренняя зарядка	08.00 - 08.20
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.20 - 08.40
Утренний круг	Обсуждение совместных планов на день	08.40 – 09.00
Образовательная нагрузка/перерыв	Занятие	09.00 - 10.10
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.10 - 10.20
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры – 25 мин.	10.20 -11.50
Возвращение с прогулки	Переодевание, гигиенические процедуры	11.50 – 12.00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.00 - 12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	12.30 – 15.00
Постепенный подъем	Пробуждение, гигиенические процедуры, переодевание	15.00 – 15.20
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	15.20 – 15.40
Игры, кружки	Самостоятельная занятость	15.40 – 16.00
Вечерний круг	Рефлексия. Обсуждение пройденного дня	16.00 – 16.20
Прогулка, двигательная активность, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: подвижные игры – 25 мин.	16.20 -18.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201284

Владелец Манжара Татьяна Николаевна

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024