***35.17.* Режим дня группы полного дня для детей от 3 до 4 лет**

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на *12*-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований [ФГОС ДО](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/499057887/), [ФОП ДО](https://vip.1obraz.ru/#/document/97/503026/), [СанПиН 1.2.3685-21](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/573500115/), [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566276706/) и [СП 2.4.3648-20](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566085656/), условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

*Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.*

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Время** |
| **Холодный период года** |
| *Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность* | *7:45–8:20* |
| *Утренняя зарядка (гимнастика)* | *8:20–8:30* |
| Подготовка к завтраку, завтрак[\*](https://vip.1obraz.ru/#/document/118/119570/dfasa8qvht/) | *8:30–9:00* |
| *Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)* | *9:00–9:20* |
| *Занятие 1* | *9:20–9:35* |
| *Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)* | *9:35–9:45* |
| *Занятие 2* | *9:45–10:00* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки* | *10:00–12:00* |
| Подготовка к обеду, обед | *12:00–12:30* |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, *оздоровительные и* гигиенические процедуры | *12:30–15:30* |
| Подготовка к полднику, полдник | *15:30–16:00* |
| *Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)* | *16:00–16:30* |
| *Самостоятельная деятельность детей* | *16:30–17:00* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки* | *17:00–18:30* |
| Подготовка к ужину, ужин | *18:30–19:00* |
| *Игры, уход домой* | *19:00–19:45* |
| **Теплый период года** |
| *Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность* | *7:45–8:20* |
| *Утренняя зарядка (гимнастика)* | *8:20–8:30* |
| Подготовка к завтраку, завтрак[\*](https://vip.1obraz.ru/#/document/118/119570/dfasa8qvht/) | *8:30–9:00* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка* | *9:00–9:20* |
| *Образовательная нагрузка во время прогулки**Занятие 1* | *9:20–9:35* |
| *Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)* | *9:35–9:45* |
| *Занятие 2* | *9:45–10:00* |
| *Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)* | *10:00–10:20* |
| *Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки* | *10:20–12:00* |
| Подготовка к обеду, обед | *12:00–12:30* |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, *оздоровительные и* гигиенические процедуры | *12:30–15:30* |
| Подготовка к полднику, полдник | *15:30–16:00* |
| *Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)* | *16:00–16:30* |
| *Самостоятельная деятельность детей* | *16:30–17:00* |
| *Продолжение прогулки, возвращение с прогулки* | *17:00–18:30* |
| Подготовка к ужину, ужин | *18:30–19:00* |
| *Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой* | *19:00–19:45* |

*--------------------------------*

*\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5 % соответственно (*[*п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20*](https://vip.1obraz.ru/#/document/99/566276706/XA00M862NA/)*).*