



<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Воздушная гимнастика после дневного сна.	15:05–15:10
Культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, причесывание) Полдник.	15:10–15:30
Игровая самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа с детьми.	15:40–16:25
Самостоятельная деятельность детей. игры, вечерняя прогулка. Уход домой.	16.25-17.30
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:005–8:05
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:05–8:10
Подготовка а к завтраку, завтрак*	8:15–8:30
Игровая самостоятельная деятельность	8.30- 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка	9:30–9:40
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	9:40–9:50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:50–10.00
Занятие 2	10:00–10:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10.10–10:35
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:35–11:50
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30–15:00
Подготовка к полднику, полдник	15:00–15:30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:30–16:30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.	16:30–17:30

\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).