



сну. Дневной сон		12.00-15.00							
Подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник, (напитки), НОД (при необходим), самостоятельная деятельность.	15.20-16.00	15.20-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина, приобщение к общепринятым нормам поведения во время еды	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке, прогулка (индивидуальная работа, игры, беседы с родителями, уход детей домой)	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

**Соотношение режимных процессов в течение дня в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21:**

- ✓ Общая продолжительность ночного сна, не менее 12 ч. для детей до 3 лет; 11ч. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность дневного сна, не менее 3 ч. для детей 1-3 лет; 2ч.30мин. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность прогулок в день, для детей до 7 лет не менее 3 ч. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.
- ✓ Суммарный объем двигательной активности в день, не менее 1,0 ч., все возрастные группы
- ✓ Продолжительность утренней гимнастики, не менее 10 минут, для детей до 7 лет. Интервал между приёмом пищи - не более 4-х часов.



Подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник, (напитки), НОД (при необходим), самостоятельная деятельность.	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00	15.15-16.00
Уплотненный полдник с включением блюд ужина, приобщение к общепринятым нормам поведения во время еды	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке, прогулка (индивидуальная работа, игры, беседы с родителями, уход детей домой)	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

**Соотношение режимных процессов в течение дня в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21:**

- ✓ Общая продолжительность ночного сна, не менее 12 ч. для детей до 3 лет; 11ч. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность дневного сна, не менее 3 ч. для детей 1-3 лет; 2ч.30мин. для детей 4-7 лет.
- ✓ Продолжительность прогулок в день, для детей до 7 лет не менее 3 ч.
- ✓ Суммарный объем двигательной активности в день, не менее 1,0 ч., все возрастные группы
- ✓ Продолжительность утренней гимнастики, не менее 10 минут, для детей до 7 лет.
- ✓ Интервал между приёмом пищи - не более 4-х часов.