

**Режим дня разновозрастной группы (2–7 лет)
 Автономного некоммерческого образовательного дошкольного
 учреждения «Технологии образования» на летний сезон**

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	08:00–08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20–08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08:30–09:00
Образовательная нагрузка	Занятие	09:00–09:15
Перерыв	Физкультурные минутки	09:15–09:30
Образовательная нагрузка	Занятие	09:30–09:45
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	09:45–10:30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры	10:30–10:50
Прогулка, двигательная активность, оздоровительные процедуры	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка: подвижные игры со скакалкой и мячом, игры в классики. Возвращение с прогулки: закаливание водой – обливание ног с постепенным понижением (каждые 1–2 дня на 1 градус) температуры воды с 28–30°	10:50–12:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры	12:00–12:30
Дневной сон, оздоровительные процедуры	Подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати. Дневной сон. Пробуждение: постепенный подъем, переодевание с закаливанием – воздушные ванны 5 минут с постепенным (каждые 2 дня) увеличением времени	12:30–15:30
Полдник	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры	15:30–15:55
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке: переодевание. Прогулка	15:55–18:00
Ужин	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами. Прием пищи. Гигиенические процедуры	18:00–18:30
Свободная игровая деятельность	Чтение сказок. Просмотр детских фильмов, игры. Уход домой.	18:30–20:00