**Режим дня в группе детей от 1 года до 1,5 лет**

<...>

**35.15. Режим дня в группе полного дня для детей от 1 года до 1,5 года**

Режим дня в группе детей от 1 до 1,5 года рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685­21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, 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 проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). Законодательного запрета на занятия для детей 1–1,5 года нет. Однако и нет требований к их реализации. Если организуете занятия, их длительность рекомендуем делать не более 5 минут. Это позволит постепенно увеличивать нагрузку. Сон желательно организовать дважды – в первую и вторую половину дня.

| **Содержание** | **Время** |
| --- | --- |
| **Холодный период года** | |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры | 7:45–8:20 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:20–8:30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:30–9:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9:00–10:00 |
| Подготовка ко сну, первый сон | 10:00–12:00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12:00–12:15 |
| Активное бодрствование детей (гимнастика после сна) | 12:15–12:30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12:30–13:00 |
| Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам) | 13:00–13:05 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 13:05–13:15 |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам) | 13:15–13:20 |
| Активное бодрствование детей (физкультурные минутки) | 13:20–13:30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 13:30–15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:30–16:00 |
| Подготовка ко сну, второй сон | 16:00–17:30 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 17:30–17:45 |
| Активное бодрствование детей (гимнастика после сна) | 17:45–18:00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, предметная деятельность и другое) | 18:00–18:30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18:30–19:00 |
| Игры, уход детей домой | 19:00–19:45 |
| **Теплый период года** | |
| Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры | 7:45–8:20 |
| Утренняя зарядка (гимнастика) | 8:20–8:30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8:30–9:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9:00–10:00 |
| Подготовка ко сну, первый сон | 10:00–12:00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 12:00–12:15 |
| Активное бодрствование детей (гимнастика после сна) | 12:15–12:30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12:30–13:00 |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку | 13:00–13:20 |
| Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам) | 13:20–13:25 |
| Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) | 13:25–13:35 |
| Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам) | 13:35–13:40 |
| Активное бодрствование детей время прогулки (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) | 13:40–14:00 |
| Самостоятельная деятельность детей во время прогулки | 14:00–15:10 |
| Возвращение с прогулки | 15:10–15:30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15:30–16:00 |
| Подготовка ко сну, второй сон | 16:00–17:30 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры | 17:30–18:20 |
| Активное бодрствование детей (гимнастика после сна, подвижные игры) | 18:20–18:30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18:30–19:00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 19:00–19:45 |