

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Общеобразовательная школа № 7»**

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом по МАОУ ОШ №7  
от 20.08.2025 г. № 478-ОД

**РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (сентябрь – май)**

**Первая группа раннего возраста**

<b>Режимные моменты</b>	<b>время</b>
Прием и осмотр детей, термометрия, самостоятельная деятельность, игры.	7:00 – 8:20
Утренняя гимнастика	8:00 – 8:10
Подготовка к завтраку	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 8:50
Игры, подготовка к занятиям	8:50 – 9:00
Занятия (по подгруппам)	9:00 - 9:10- 9:20 – 9:30
Игры, подготовка к прогулке	9:30 – 10:00
Прогулка	10:00 – 11:30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная и совместная деятельность, игры, подготовка к обеду	11:30 – 12:00
Обед, гигиенические процедуры	12:00 – 12:20
Сон	12:20 – 15:20
Подъем, закаливающие процедуры, бодрящая гимнастика	15:20 – 15:30
Полдник	15:30 – 15:40
Занятие (по подгруппам)	15:40 – 15:50 16:00 – 16:10
Самостоятельная и совместная деятельность, игры, индивидуальная работа, подготовка к ужину	16:10 – 16:30
Ужин	16:30 – 16:50
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке	16:50– 17:00
Прогулка	17:00 – 18:30
Уход детей домой	до 19:00