

Утверждаю:  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 К.В. Коршунова  
 2024 г.

*Коршунова*  
 «ПК»



**Организация оздоровительного режима в МАОУ СОШ №1 СЦ «Детский сад» (корпус №3 «Звездочка»)**

Организационные моменты	Время проведения			
	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00 - 8.10		8.10 - 8.20	
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.10 - 8.40	8.10 - 8.40	8.20 - 8.50	8.20 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.40 - 9.00	8.40 - 9.00	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00	9.00 - 10.05	9.00 - 10.15	9.00 - 10.50
Второй завтрак	10.00 - 10.20	10.05 - 10.20	10.10 - 10.15	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20 - 11.50	10.20 - 11.50	10.50 - 12.20	10.50 - 12.20
Подготовка к обеду. Обед	11.50 - 13.00	11.50 - 13.00	12.20 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40
Занятия (при необходимости), игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 - 16.00	15.40 - 16.00	15.40 - 16.25	15.40 - 16.25
Подготовка к ужину. Ужин	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.25 - 17.00	16.25 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00