Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
_____ К.В. Коршунова
«_1_» _09_____ 2026 г.

Организация оздоровительного режима в МАОУ СОШ №1 СП «Детский сад» (корпус №2 «Солнышко»)

Организационные моменты	**Время проведения**	
Холодный период года	**5 - 6 лет**	**6 - 7 лет**
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность	7.00 - 8.10	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.10 –8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20 - 8.50	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 мин, перерывы между занятиями, не менее 10 мин)	9.00 - 10.15	9.00 - 10.50
Второй завтрак	10.10 - 10.15	10.10 - 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.50 - 12.20	10.50 - 12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 - 13.00	12.20 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40
Занятия (при необходимости), игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 - 16.25	15.40 - 16.25
Подготовка к ужину. Ужин	16.25-17.00	16.25 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00

Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
_____ К.В. Коршунова
«__» 09 2026 г.

Организация оздоровительного режима в
МАОУ СОШ №1 СП «Детский сад» (корпус №2 «Солнышко»)

Организационные моменты	**Время проведения**	
Теплый период года	**5 - 6 лет**	**6 - 7 лет**
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15 – 12.00	9.15 – 12.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00	10.30 – 11.00
Подготовка к обеду. Обед	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 - 16.25	15.40 - 16.25
Подготовка к ужину. Ужин	16.25-17.00	16.25 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00