Утверждаю: зав. МДОУ № 33 г. Сочи

_____ А.В.Козлова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К РЕЖИМУ ДНЯ

МДОУ детский сад № 33 г. СОЧИ

Режим дня с 10,5 часовым пребыванием детей составлен в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 и в соответствии с возрастными особенностями детей от 3-х до 7 лет.

- Непрерывное бодрствование - 5,5 – 6 часов
- Продолжительность прогулок – 3-4 часа
- Организация прогулок – ежедневно, 2 раза в день в 1 и 2 половину дня, при ненастной погоде прогулка проходит на крытой веранде на прогулочной площадке.
- Приём пищи - с интервалом от 3-х до 4-х часов
- Продолжительность дневного сна в ДОУ – 2-2,5 часа
- Самостоятельна деятельность детей – 3-4 часа
- Максимально допустимый объём образовательной нагрузки:
  - *младшая группа – 30мин.*
  - *средняя группа – 40мин.*
  - *старшая группа – 45мин.*
  - *подготовительная группа – 1,5часа*
- Перерывы между периодами образовательной деятельности – не менее 10мин.
- Во второй половине дня может осуществляться кружковая работа :
  - *младший и средний дошкольный возраст - не более 20мин.*
  - *старший дошкольный возраст – не более 30мин.*