

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад № 5 «Планета детства»»**

**УТВЕРЖДЕН:**

заведующим МАДОУ Детский сад № 5  
«Планета детства»



/ С.В. Лепёшкина /  
расшифровка подписи

Приказ № 278 от 29 августа 2024 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**

**для детей дошкольного возраста  
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 5 «Планета детства»  
в холодный период года на 2024-2025 учебный год**

Режим дня представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим дня теперь не самостоятельный документ, а часть образовательной программы детского сада. Режимные моменты прописаны по требованиям санитарных правил:

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № СанПиН 1.2.3685-21, 2, 1.2.3685-21, Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № СанПиН 1.2.3685-21, 2, 1.2.3685-21;
- Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Режимы дня, которые прописаны далее, оформлены как часть образовательной программы детского сада. Перед каждой таблицей с режимом дня имеется пояснительная записка. В ней прописано, почему установлена такая длительность прогулки, сна, занятий, предоставляется ли детям второй завтрак.

Согласно пункту 183 СанПиН 1 2.3685-21 ОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

**Режим питания в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации**

Время приема пищи	Приемы пищи в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации		
	8-10 часов	11-12 часов	24 часа
8.30-9.00	завтрак	завтрак	Завтрак
10.30-11.00	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак
12.00-13.00	Обед	Обед	Обед
15.30	полдник	полдник	Полдник
18.30	-	ужин	Ужин
21.00	-	-	второй ужин

Время на второй завтрак можно не выделять, если увеличили калорийность первого на 5 процентов (подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

### Показатели организации образовательного процесса

Показатель	Организация, возраст	Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	1-3 года	12,0 ч
	4-7 лет	11,0 ч
	8-10 лет	10,0 ч
	11-14 лет	9,0 ч
	15 лет и старше	8,5 ч
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3,0 ч
	4-7 лет	2,5 ч
	старше 7 лет	1,5 ч
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3, ч/день
	для детей старше 7 лет	2,0 ч/день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1,0 ч/день
Утренний подъем, не ранее	все возраста	7 ч 00 мин
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 мин
	старше 7 лет	15 мин

### Требования к организации образовательного процесса

Показатель	Организация, возраст	Норматив
1	2	3
Начало занятий, не ранее	все возрастные группы	8:00
Окончание занятий, не позднее	при реализации образовательных программ дошкольного образования	17:00
	при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций	до 7 лет 19:30
Продолжительность	от 1,5 до 3 лет	10 мин

занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 3 до 4 лет	15 мин
	от 4 до 5 лет	20 мин
	от 5 до 6 лет	25 мин
	от 6 до 7 лет	30 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 мин
	от 3 до 4 лет	30 мин
	от 4 до 5 лет	40 мин
	от 5 до 6 лет	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 мин
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возраста	10 мин
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее		2 мин

### **Режим дня для групп детей от 1,5 года до 3 лет**

Режим дня в группе детей от 1,5 до 3 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ОО.

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 (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

Режимные процессы/характер деятельности	1,5 – 3 лет	2 – 3 лет
	Ясли «Река радости»	1 младшая группа «Город счастья»
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.10	8.00-8.10
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	8.20-8.50	8.20-8.50
Игры, самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время), подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие № 1	1 подгруппа 9.00-9.10 2 подгруппа 9.10-9.20	1 подгруппа 9.00-9.10 2 подгруппа 9.10-9.20
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.20-9.30	9.20-9.30
Занятие № 2	1 подгруппа 9.30-9.40 2 подгруппа 9.40-9.50	1 подгруппа 9.30-9.40 2 подгруппа 9.40-9.50
Активное бодрствование детей (игры малой и средней подвижности)	9.50-10.15	9.50-10.20
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.15-10.25	10.20-10.30
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10.25-11.40	10.30-11.50
<i>в том числе игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	11.40-11.50	11.50-12.00
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	11.50-12.20	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00-15.25	15.00-15.30
<i>в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА</i>	5 мин	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	15.25-15.45	15.30-15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, свободная деятельность, игры малой и средней подвижности	15.45-16.15	15.50-16.10
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	16.15-18.00	16.10-17.55
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.00-18.15	17.55-18.15
Подготовка к приему пищи Прием пищи № 5 (ужин)	18.15-18.40	18.15-18.35
Самостоятельная игровая деятельность, отдых по собственному выбору детей	18.40-19.00	18.35-19.00
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	19.00	19.00

### Режим дня в группе детей от 3 года до 4 лет

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ОО.

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 (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можно поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

Режимные процессы/характер деятельности	3 – 4 лет
	2 младшая группа «Остров удивлений»
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	7.00-8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.10
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках ООП дошкольного образования ДОУ	8.10-8.20
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.20-8.30
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	8.30-8.50
Игры, самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время), подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Занятие № 1	9.00-9.15
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.15-9.25
Занятие № 2	9.25-9.40
Активное бодрствование детей (игры малой и средней подвижности)	9.40-10.20
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.20-10.30
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10.30-11.45
<i>в том числе игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	11.45-12.00
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00-15.30
<i>в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА</i>	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	15.30-15.55
Совместная деятельность педагога с детьми. Свободная деятельность, игры малой и средней подвижности	15.55-16.50
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	16.15-18.00

Режимные процессы/характер деятельности	3 – 4 лет
	2 младшая группа «Остров удивлений»
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.00-18.15
Подготовка к приему пищи Прием пищи № 5 (ужин)	18.15-18.40
Самостоятельная игровая деятельность, отдых по собственному выбору детей	18.40-19.00
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	19.00

#### Режим дня для детей 4–5 лет

Режим дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ОО.

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 (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Режимные процессы/характер деятельности	4 – 5 лет
	Средняя группа «Океан фантазий»
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	7.00-8.00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.10
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках ООП дошкольного образования ДОУ	8.10-8.20
<i>В том числе игры малой подвижности</i>	10 мин
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.20-8.30
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	8.30-8.50
Игры, самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время), подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Занятие № 1	9.00-9.20
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.20-9.30
Занятие № 2	9.30-9.50
Активное бодрствование детей (игры малой и средней подвижности)	9.50-10.25
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.25-10.35
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10.35-12.05
<i>в том числе игры средней и высокой подвижности</i>	30 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12.05-12.15

Режимные процессы/характер деятельности	4 – 5 лет
	Средняя группа «Океан фантазий»
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12.15-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00-15.25
<i>в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА</i>	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	15.25-15.45
Организованная образовательная деятельность. Игры. Чтение художественной литературы	15.45-16.00
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках дополнительной программы дошкольного образования. Свободная деятельность	16.00-16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	16.40-18.10
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	18.10-18.20
Подготовка к приему пищи Прием пищи № 5 (ужин)	18.20-18.40
Самостоятельная игровая деятельность, отдых по собственному выбору детей	18.40-19.00
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	19.00

### Режим дня для детей старшего дошкольного возраста

Режим дня в группах детей старшего дошкольного возраста рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ОО, 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 (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Режимные процессы/характер деятельности	5 – 6 лет	6 – 7 лет	6 – 7 лет
	Старшая группа «Гора интересов»	Подготовительная к школе группа «Море открытий»	Подготовительная к школе группа «Долина приключений»
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках ООП дошкольного образования ДОУ	8.00-8.10	8.00-8.20	8.00-8.20

Режимные процессы/характер деятельности	5 – 6 лет	6 – 7 лет	6 – 7 лет
	Старшая группа «Гора интересов»	Подготовительная к школе группа «Море открытий»	Подготовительная к школе группа «Долина приключений»
<i>В том числе игры малой подвижности</i>	10 мин	10 мин	10 мин
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.10-8.20	8.20-8.30	8.20-8.30
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.20-8.30	8.30-8.40	8.30-8.40
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	8.30-8.50	8.40-9.00	8.40-9.00
Игры, самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время), подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	-	-
Занятие № 1	9.00-9.25	9.00-9.30	9.00-9.30
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.25-9.35	9.30-9.40	9.30-9.40
Занятие № 2	9.35-10.00	9.40-10.10	9.40-10.10
Самостоятельная деятельность детей, игры малой и средней подвижности	10.00-10.20	10.10-10.30	10.10-10.30
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.20-10.30	10.30-10.40	10.30-10.40
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10.30-12.00	10.40-12.05	10.40-12.00
<i>в том числе игры средней и высокой подвижности</i>	30 мин	30 мин	30 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12.00-12.15	12.05-12.15	12.00-12.15
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12.15-12.30	12.15-12.40	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.30
<i>в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА</i>	5 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	15.20-15.35	15.25-15.40	15.30-15.45
Организованная образовательная деятельность. Игры. Чтение художественной литературы	15.35-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00
Занятие № 3	16.00-16.25	16.00-16.30	16.00-16.30
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках дополнительной программы	16.25-17.00	16.30-17.00	16.30-17.05

Режимные процессы/характер деятельности	5 – 6 лет	6 – 7 лет	6 – 7 лет
	Старшая группа «Гора интересов»	Подготовительная к школе группа «Море открытий»	Подготовительная к школе группа «Долина приключений»
дошкольного образования. Свободная деятельность			
Подготовка к приему пищи. Прием пищи № 5 (ужин)	17.00-17.20	17.00-17.10	17.05-17.15
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	17.20-18.00	17.10-18.00	17.15-18.00
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин	20 мин	20 мин
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	18.00	18.00	18.00

### Режим дня для разновозрастной группы с ОВЗ

Режим дня для разновозрастной группы с ОВЗ рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ОО, 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 (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Режимные процессы/характер деятельности	Разновозрастная ОВЗ «Озеро надежды»
	Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры
Утренняя зарядка (гимнастика)	8.00-8.10
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках ООП дошкольного образования ДООУ	8.10-8.20
<i>В том числе игры малой подвижности</i>	10 мин
Гигиенические процедуры, самообслуживание	8.20-8.30
Подготовка к приему пищи, Прием пищи № 1 (завтрак)	8.30-9.00
Занятие № 1	9.00-9.15
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	9.15-9.30
Занятие № 2	9.30-9.45
Активное бодрствование детей (игры малой и средней подвижности)	9.45-10.20
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10.20-10.35
Гигиенические процедуры, подготовка к прогулке, Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	10.35-12.05
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин

Режимные процессы/характер деятельности	Разновозрастная
	ОВЗ «Озеро надежды»
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	12.05-12.15
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12.15-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00-15.20
<i>в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА</i>	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (полдник)	15.20-15.35
Совместная деятельность педагога с детьми, в том числе в рамках дополнительной программы дошкольного образования. Свободная деятельность	15.35-17.00
Подготовка к приему пищи. Прием пищи № 5 (ужин)	17.00-17.20
Подготовка к прогулке. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	17.20-18.00
<i>в том числе, игры средней и высокой подвижности</i>	20 мин
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	18.00

Согласно пункту 2.1 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях;

возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.