

Заместитель директора ГБОУ Школа № 2083

УТВЕРЖДАЮ

/Т.А. Гришина/



Режим дня ГБОУ Школа № 2083 ОП «Родники» ДОП «Семицветик» на 2024-2025 учебный год

| Режимные моменты | Группы | | | | | |
|---|----------------------------|---------------------|--------------------|----------------------------------|---------------------------------------|---|
| | Ранний возраст 2-3 года | Младшая 3-4 года | Средняя 4-5 лет | Старшая 5-6 лет | Разновозрастн ые группы 5-7 лет | Подготовител ьная к школе 6-7 лет |
| Прием детей на улице (на воздухе, по погодным условиям), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.00-8.10 | 7.00-8.10 | 7.00-8.10 | 7.00-8.10 | 7.00-8.20 | 7.00-8.20 |
| Подготовка к завтраку | 8.10-8.20 | 8.10-8.20 | 8.10-8.20 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 |
| Завтрак, воспитание культуры еды | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 | 8.20-8.40 | 8.20-8.40 | 8.30-8.50 | 8.30-8.50 |
| Игры, подготовка к занятиям, утренний круг | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.40-8.50 | 8.40-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Занятия (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты и перерывы между занятиями не менее 10 минут) | 9.00-9.30 | 9.00-9.40 | 9.00-9.50 | 9.00-10.00 | 9.00-10.50 | 9.00-10.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.30-9.40 | 9.40-10.15 | 9.50-10.25 | 10.10-10.40 | 10.50-11.15 | 10.50-11.15 |
| Подготовка к прогулке | 9.40-10.00 | 10.15-10.35 | 10.25-10.45 | 10.40-11.00 | 11.15-11.30 | 11.15-11.30 |
| Второй завтрак, воспитание культуры еды. | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 | 10.30-10.40 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.40-11.30 | 10.40-11.45 | 10.45-11.45 | 11.00-12.00 | 11.30-12.20 | 11.30-12.20 |
| Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 11.30-11.50 | 11.45-12.05 | 11.45-12.05 | 12.00-12.20 | 12.20-12.40 | 12.20-12.40 |
| Обед, воспитание культуры еды. | 11.50-12.20 | 12.05-12.35 | 12.05-12.35 | 12.20-12.40 | 12.40-12.55 | 12.40-12.55 |
| Подготовка ко сну | 12.20-12.30 | 12.35-12.45 | 12.35-12.45 | 12.40-12.45 | 12.55-13.00 | 12.55-13.00 |
| Дневной сон | 12.30-15.30 | 12.45-15.15 | 12.45-15.15 | 12.45-15.15 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику | 15.30-15.40 | 15.15-15.30 | 15.20-15.35 | 15.15-15.25 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Полдник, воспитание культуры еды | 15.40-16.00 | 15.30-15.50 | 15.25-15.45 | 15.25-15.45 | 15.40-15.50 | 15.40-15.50 |
| Занятие (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты) | - | - | - | 15.50-16.15 (2 раза в неделю) | - | - |
| Игры, совместная самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа по закреплению образовательных областей, вечерний круг, подготовка к прогулке | 16.00-16.40 | 15.50-17.10 | 15.45-17.10 | 16.15-17.10 | 15.50-17.10 | 15.50-17.10 |

| | | | | | | |
|--|----------------|----------------|----------------|--|----------------|----------------|
| Прогулка | 16.40-18.10 | 17.10-18.00 | 17.10-18.10 | 17.10-18.10 | 17.10-18.10 | 17.10-18.10 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 18.10-18.30 | 18.00-18.30 | 18.10-18.30 | 18.10-18.30 | 18.10-18.30 | 18.10-18.30 |
| Ужин, воспитание культуры еды | 18.30-18.45 | 18.30-18.45 | 18.30-18.45 | 18.30-18.45 | 18.30-18.45 | 18.30-18.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность, уход домой | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 |
| В соответствии с СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21: | | | | | | |
| <i>Продолжительность занятия не более</i> | <i>10 мин.</i> | <i>15 мин.</i> | <i>20 мин.</i> | <i>25 мин.</i> | <i>25 мин.</i> | <i>30 мин.</i> |
| <i>Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более</i> | <i>20 мин.</i> | <i>30 мин.</i> | <i>40 мин.</i> | <i>50 мин. или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна</i> | <i>75 мин.</i> | <i>90 мин.</i> |
| <i>Продолжительность дневного сна не менее</i> | <i>3ч.</i> | <i>2,5ч.</i> | <i>2,5ч.</i> | <i>2,5ч.</i> | <i>2,5ч.</i> | <i>2,5ч.</i> |
| <i>Продолжительность прогулки не менее</i> | <i>3ч.</i> | <i>3ч.</i> | <i>3ч.</i> | <i>3ч.</i> | <i>3ч.</i> | <i>3ч.</i> |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |