

Заместитель директора ГБОУ Школа № 2083

УТВЕРЖДАЮ  
/Т.А. Гришина/

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)  
ГБОУ Школа № 2083 ДОП «Остафьево» на 2024-2025 учебный год

Группы	Вторая группа раннего возраста от 2 до 3 лет	Младшая группа от 3 до 4 лет	Средняя группа от 4 до 5 лет	Старшая группа от 5 до 6 лет	Подготовительная группа от 6 до 7 лет
Прием детей на свежем воздухе (по погоде), прогулка, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	07.00-07.40	07.00-07.30	07.00-07.30	07.00-07.30	07.00-07.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	07.40-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.40-08.00
Ежедневная утренняя гимнастика	08.00-08.10.	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, дежурство, подготовка к завтраку.	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.35	08.10-08.35
Завтрак, воспитание культуры еды.	08.30-08.40	08.30-08.50	08.30-08.50	08.35-08.50	08.35-08.45
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.40-08.55	08.50-09.15	08.50-09.10	08.50-09.00	08.45-08.55
Занятия с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты и перерывы между занятиями не менее 10 минут)	08.55-09.25	09.15-09.55	09.10-10.00	09.00-10.35	8.55-11.05
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности в течение перерывов между занятиями	09.05-09.15	09.30-09.40	09.30-09.40	09.25-10.00	09.30-09.50
Игры, самостоятельная деятельность после занятий. Подготовка ко второму завтраку	09.25-10.30	09.55-10.30	09.40-10.30	-	-
Второй завтрак, воспитание культуры еды.	10.30-10.35	10.30-10.35	10.30-10.35	10.35-10.40	10.30-10.35
Подготовка к прогулке	10.35-10.45	10.35-10.45	10.35-10.45	10.40-10.45	11.05- 11.10
Прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.45-11.45	10.45-11.50	10.45-12.05	10.45-12.15	11.10 -12.20
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду.	11.45-12.00	11.50-12.00	12.05-12.20	12.15-12.25	12.20- 12.30
Обед, воспитание культуры еды.	12.00-12.15	12.00-12.10	12.20-12.40	12.25 -12.40	12.30 -12.45
Подготовка ко сну	12.15-12.25	12.10-12.20	12.40-12.45	12.40-12.45	12.45-12.50
Дневной сон.	12.25-15.25	12.20-15.20	12.45-15.15	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.25-15.30	15.20-15.30	15.15-15.30	15.15.-15.30	15.20-15.30
Полдник, воспитание культуры еды.	15.30-15.40	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.40
занятия с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов, переходящая в самостоятельную деятельность	-	-	-	15.50-16.15	-
Игры, самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа по закреплению образовательных областей, чтение худ. литературы, подготовка к прогулке. Вечерний круг	15.40-16.30	15.50-16.35	15.50-16.50	16.15- 17.00	15.40-17.00
Прогулка (игры, наблюдение, труд)	16.30-18.00	16.35-18.00	16.50-18.00	17.00-18.00	17.00-18.10
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.30-18.00	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.10-18.30
Ужин	18.00-18.30	18.30 -18.45	18.30-18.45	18.30-18.45	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00
<b>В соответствии с СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21</b>					
Количество занятий в неделю	10	10	10	13	14
Длительность одного занятия, не более	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более	20 мин	30 мин	40 мин	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна	90 мин
Дневной сон	3 часа	3 часа	2 ч 30мин	2 ч 30 мин	2 ч 30 мин
Прогулка	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа