

Заместитель директора ГБОУ Школа № 2083

УТВЕРЖДАЮ

Т.А. Гришина

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

Адрес здания	г. Москва, пос. Рязановское, п. Знамя Октября, д.37		г. Москва, пос. Рязановское, п. Знамя Октября, д.37 стр.1			
Группы	Младшие группы от 3 до 4 лет	Средние группы от 4 до 5 лет	Младшая группа от 3 до 4 лет	Старшие группы от 5 до 6 лет	Разновозрастная группа от 5 до 7 лет	Подготови- тельные группы от 6 до 7 лет
Прием детей (на воздухе, по погодным условиям), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20
Подготовка к завтраку	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак, воспитание культуры еды	8.20-8.50	8.20-8.40	8.20-8.50	8.20-8.40	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям, утренний круг	8.50-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	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)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-9.40	9.00-10.00	9.00-10.50	9.00-10.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-10.30	9.50-10.30	9.40-10.30	10.00-10.30	11.00-11.30	11.00-11.30
Второй завтрак, воспитание культуры еды	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.50-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-11.00	11.30-11.40	11.30-11.40
Прогулка	10.50-11.45	10.50-11.45	10.50-11.45	11.00-12.00	11.40-12.20	11.40-12.20
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду	11.45-12.05	11.45-12.05	11.45-12.05	12.00-12.20	12.20-12.40	12.20-12.40
Обед, воспитание культуры еды	12.05-12.35	12.05-12.35	12.05-12.35	12.20-12.40	12.40-12.55	12.40-12.55
Подготовка ко сну	12.35-12.45	12.35-12.45	12.35-12.45	12.40-12.45	12.55-13.00	12.55-13.00
Дневной сон	12.45-15.15	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	15.15-15.30	15.15-15.25	15.15-15.30	15.15-15.25	15.30-15.40	15.30-15.40
Полдник, воспитание культуры еды	15.30-15.50	15.25-15.45	15.30-15.50	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	-	-
Игры, самостоятельная деятельность, кружки по выбору, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, вечерний круг, подготовка к прогулке.	15.50- -17.10	15.45- -17.10	15.50- -17.10	16.15- - 17.10	15.50- - 17.10	15.50- - 17.10
Прогулка	17.10-18.00	17.10-18.10	17.10-18.00	17.10-18.10	17.10-18.10	17.10-18.10
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.00-18.30	18.10-18.30	18.00-18.30	18.10-18.30	18.10-18.30	18.10-18.30
Ужин, воспитание культуры еды	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00
Уход детей домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
В соответствии с СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21:						
Продолжительность занятия не более	15 мин	20 мин	15 мин	25 мин	25 мин	30 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более	30 мин	40 мин	30 мин	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна	75-90 мин	90 мин
Продолжительность дневного сна не менее	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч
Продолжительность прогулок не менее	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч