

РЕЖИМ ДНЯ в холодный период года ГБОУ Школа № 2083 ДОП «Сказка» на 2024-2025 учебный год

Адрес здания г. Москва, пос. Рязановское, п. Ерино, дом 3А				
Группы	Младшие группы от 3 до 4 лет	Средние группы от 4 до 5 лет	Старшие группы от 5 до 6 лет	Подготовительная группа от 6 до 7 лет
Прием детей (на воздухе, по погодным условиям), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), утренний круг	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-08.30	8.20-8.30
Завтрак, воспитание культуры еды	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	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	9.00-10.00	9.00-10.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-10.30	9.50-10.30	10.00-10.30	10.50-11.15
Второй завтрак, воспитание культуры еды	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50	11.15-11.20
Прогулка	10.50-11.50	10.50-12.00	11.00-12.10	11.20-12.20
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду	11.50-12.05	12.00-12.05	12.10-12.20	12.20-12.30
Обед, воспитание культуры еды	12.05-12.35	12.05-12.35	12.20-12.40	12.30-12.55
Подготовка ко сну	12.35-12.45	12.35-12.45	12.40-12.45	12.55-13.00
Дневной сон	12.45-15.15	12.45-15.15	12.45-15.15	13.00-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.30-15.40
Полдник, воспитание культуры еды	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-16.00	15.40-16.00
Занятие (общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	-	-	16.00-16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность, кружки по выбору, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, вечерний круг, подготовка к прогулке.	15.50-17.00	15.50-17.00	16.25-17.00	16.00-17.00
Прогулка	17.00-18.00	17.00-18.10	17.00-18.10	17.00-18.10
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	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
Уход детей домой	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	25 мин	30 мин
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более	30 мин	40 мин	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна	90 мин
Продолжительность дневного сна не менее	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч	2,5 ч
Продолжительность прогулок не менее	3 ч	3 ч	3 ч	3 ч