

Утверждаю:

директор МБОУ «СОШ №11»

А.И. Демидова Т.А. Демидова

Режим дня детей на холодный период

Деятельность \ Возрастная группа	Ранний возраст от 2 до 3 лет	2 младшая 3-4 года	Средняя 4-5 лет	Старшая 5-6 лет	Подготов. 6-7 (8) лет
Дома:					
Подъём, утренний туалет	6.30-7.30	6.00-7.00	6.00-7.00	6.00-7.00	6.00-7.00
В ДОУ:					
Прием детей. Игровая деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.05	7.00-8.10	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.10	8.05-8.15	8.10-8.20	8.15-8.25
Гигиенические процедуры	8.10-8.20	8.10-8.20	8.15-8.25	8.25-8.35	8.25-8.35
Завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.25-8.50	8.35-8.55	8.35-8.55
Самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00
Совместная образовательная деятельность	9.00-9.10 9.15-9.25	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.20 9.30-9.55	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.25-10.00 10.00-10.40	9.40-10.05 10.05-10.30 10.30-11.20	9.50-10.10 10.10-10.40 10.40-11.35	9.55-10.35 10.35-10.50 10.50-11.50	10.50-11.05 11.05-12.10
Подготовка к прогулке, прогулка					
Возвращение с прогулки, игры, чтение художественной литературы	10.40-11.00	11.20-12.00	11.35-12.05	11.50-12.10	12.10-12.20
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.00-11.30	12.00-12.30	12.05-12.35	12.10-12.40	12.20-12.45
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	11.30-12.00 12.00-15.00	12.30-12.50 12.50-15.00	12.35-12.50 12.50-15.00	12.40-13.00 13.00-15.00	12.45-13.00 13.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.25	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40	15.20-15.45	15.20-15.45	15.15-15.35	15.15-15.40
Непосредственно образовательная деятельность по расписанию	15.40-15.50 15.55-16.05	15.40-15.55	15.40-16.00	15.35-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.05-16.55	15.45-16.45	15.45-16.55	16.00-17.05	15.40-17.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	16.55-17.15	16.45-17.00	16.55-17.05	17.05-17.20	17.10-17.25
Ужин	17.15-17.45	17.00-17.30	17.05-17.35	17.20-17.40	17.25-17.45
Самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход детей домой	17.45-19.00	17.30-19.00	17.35-19.00	17.40-19.00	17.45-19.00
Дома					
Прогулка с детьми	19.00-19.40	19.00-19.40	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Возвращение домой, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.40-20.30	19.40-20.30	20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30 /7.30/	20.30-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30
Общий подсчет времени					
Совместная образовательная деятельность взрослого и детей, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности.	20 минут	30 минут	40 минут	1 час 10 минут	1 час 30 минут
Самостоятельная деятельность детей, осуществляемая в рамках непосредственно образовательной деятельности (игры, подготовка к	4 часа 35 минут	4 часа 25 минут	4 часа	3 часа 35 минут	3 часа 25 минут

занятиям и при проведении режимных моментов).					
Прогулка (с учетом времени утренней, вечерней и прогулки с родителями).	2 часа 10 мин.	2 часа 35 мин.	2 часа 55 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 25 мин.
Дневной сон	3 часа	2 часа 30 мин	2 часа 10 мин	2 часа	2 часа