

Утвержден приказом директором
МБОУ «Спироданинская СОШ им. Зиннаты Хасановой»
Ахметбаева Р.Г. № 57 от 29.01.2024г.

Режим дня на холодный период года

Содержание группа	Вторая группа раннего развития	Длительность	Первая младшая группа	Длительность	Вторая младшая группа	Длительность	Средняя группа	Длительность	Старшая группа	Длительность	Подготови тельная группа	Длительность
Прием детей. Осмотр. Утренняя прогулка Игры. Утренняя гимнастика. Дежурство	7.00 -7.40 7.40-7.45- 7.45- 8.05	1ч05м ин	7.00 -7.40 7.40-7.45 7.45-8.10	1ч.10 мин	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.15	1ч15м ин	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.25	1ч25мин н	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.35	1ч35 мин	7.00 -7.40 7.40-7.50 8.15-8.35	1ч35мин н
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.05 -8.40	35мин н	8.10 -8.45	35мин	8.15 -8.45	30мин н	8.25 -8.45	20мин	8.35 - 8.55	20м ин	8.35 -8.55	20мин
Подготовка к занятиям	8.40 -9.00	20 мин	8.45 - 9.00	15мин	8.45 - 9.00	15 мин	8.45 -9.00	15 мин	8.55 -9.00	5 мин	8.55 -9.00	5мин
Занятия	1 подг. 9.00-9.10 2 подг. 9.20 -9.30	8-10 мин 10 мин перерыв 8-10 мин	1 подг. 9.00-9.10 2подг. 9.20-9.30	10мин 10мин перерыв в 10мин.	9.00-9.15 9.25- 9.40	15мин н 10 мин. перерыв 15 мин	9.00 -9.20 9.30- 9.50	20мин 10мин перерыв в 20мин	9.00-9.25 9.35- 9.55	25м ин 10м ин перерыв 20м ин	9.00 -9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	30мин 10мин перерыв в 30мин 10мин 30мин
Второй завтрак	9.10 -9.20	10 мин	9.30 -9.40	10мин	9.40 -9.50	10 мин	9.50-10.00	10мин	9.55 - 10.05	10м ин	10.10-10.20	10мин
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.20 - 11.20	2ч	9.40 - 11.40	2ч	9.50 - 11.55	2ч05 мин	10.00 - 12.05	2часа 05мин	10.05 - 12.10	2ч 5ми н	10.50 - 12.20	2ч 10 мин
Возвращение с прогулки	11.20 - 11.30	10ми н	11.40 - 11.50	10мин	11.55 - 12.05	10ми н	12.05 - 12.15	10мин	12.10 - 12.20	10 мин	12.20 - 12.30	10мин

Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.00	30мин	11.50 - 12.00	10мин	12.05 - 12.35	30мин	12.15 - 12.45	30мин	12.20 - 12.50	30мин	12.30 - 12.50	20мин
Подготовка ко сну. Сон	12.00 - 15.00	3часа	12.00 - 15.00	3часа	12.35 - 15.00	2ч.25мин	12.45 - 15.00	2ч15ми	12.50 - 15.00	2ч10мин	12.50 - 15.00	2ч10мин
Постепенный подъем, воздушные закаливающие процедуры.	15.00 - 15.20	20мин	15.00 - 15.20	20мин	15.00 - 15.20	20мин	15.00 - 15.20	20мин	15.00 - 15.20	20мин	15.00 - 15.20	20мин
Полдник. Прогулка на свежем воздухе: самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	15.20 - 16.00	40мин	15.20 - 16.00	40мин	15.20-16.00	40мин	15.20-16.00	40мин	15.20-16.00	40мин	15.20-16.00	40мин
Итого: Самостоятельная и совместная деятельность детей во время режимного момента (обед, сон, завтрак, полдник, игры, перерывы между занятиями)	2ч35мин		2ч 40мин		2ч35мин		2ч35мин		2ч 35мин		2ч10мин	
Сон	3ч		3 часа		2ч.25мин		2ч10мин		2ч10мин		2ч10мин	
Занятия	20мин		20мин		30мин		45мин		1ч15мин		1ч30мин	
Время прогулки в утреннее и вечернее время на улице	3ч20мин		3ч20мин		3ч25мин		3ч25мин		3ч25мин		3ч30мин	