

Утверждаю:
МБОУ «Альметьевская
СОШ им.М.Рамзи»
И.З.Шигапов
«27» августа 2024 г.



Режим дня на холодный период года

Содержание группа	Группа раннего возраста	Длительность СГ	Первая младшая группа	Длительность СГ	Вторая младшая группа	Длительность СГ	Средняя группа	Длительность СГ	Старшая группа	Длительность СГ	Подготов и тельная группа	Длительность СГ
Прием детей. Осмотр. Игры. Утренняя гимнастика, Дежурство	7.00 -7.40 7.40-7.45 7.45-8.10	1ч.10 мин	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	1ч 15 мин	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.25	1ч 25 мин	7.00 -7.40 7.40-7.50 7.50-8.35	1ч 35 мин	7.00 -7.40 7.40-7.50 8.15-8.35	1ч 35 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.10 -8.45	35мин	8.10 -8.45	35мин	8.15 -8.45	30мин	8.25 -8.45	20мин	8.35 - 8.55	20мин	8.35 -8.55	20мин
Подготовка к НОД	8.45 - 9.00 9.00-9.10	15мин 10 мин	8.45- 9.00 9.00-9.10	15мин 10мин	8.45 - 9.00 9.00-9.15	15 мин 10 мин	8.45 -9.00 9.00 -9.20 9.30- 9.50	15мин 20мин перерыв 20мин	8.55 -9.00 9.00-9.25 9.35- 9.55	5мин 25мин 20мин	8.55 -9.00 9.00 -9.30 9.40-10.10	5мин 30мин 10мин перерыв 30мин 10мин
Второй завтрак	9.30 -9.40	10мин	9.30 -9.40	10мин	9.40 -9.50	10 мин	9.50-10.00	10мин	9.55 -10.05	10мин	10.20-10.50	30мин
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 -11.40	2ч	9.40 -11.40	2ч	9.50 -11.55	2ч	10.00 -12.05	2 часа 05мин	10.05 -12.10	2ч	10.50 -12.20	2ч
Возвращение с прогулки	11.40 -11.50	10мин	11.40 - 11.50	10мин	11.55 -12.05	10 мин	12.05 -12.15	10мин	12.10 -12.20	10 мин	12.20 -12.30	10 мин
Подготовка к обеду, обед	11.50 -12.00	10мин	11.50 - 12.00	10мин	12.05 -12.35	30мин	12.15 -12.45	30мин	12.20 -12.50	30 мин	12.30 -12.50	20мин
Подготовка ко сну. Сон	12.00 -15.00	3 часа	12.00 - 15.00	3 часа	12.35 -15.00	2ч. 25 мин	12.45 -15.00	2ч 15 мин	12.50 -15.00	2ч10 мин	12.50 -15.00	2ч 10мин

«Постепенный подъем, воздушные закалывающие процедуры. Полдник	15.00 - 15.20	20 мин	15.00 - 15.20	20 мин			15.00 - 15.20	20 мин	15.00 - 15.20	20 мин	20 мин
НОД	15.20 - 15.30	10 мин	15.20 - 15.30	10 мин					15.20 - 15.50	30 мин	
Прогулка на свежем воздухе: самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	15.30 - 16.00	30 мин	15.30 - 16.00	30 мин	15.20 - 16.00	40 мин	15.35 - 16.00	25 мин	15.45 - 16.00	15 мин	10 мин
Итого:	2ч 20 мин		2ч 20мин		2ч 35 мин		2ч 40 мин		2ч 35мин		1 ч 50 мин
Самостоятельная и совместная деятельность детей во время режимного момента (обед, сон, завтрак, полдник, игры, перерывы между занятиями)											
Сон	3 часа		3 часа		2ч.25мин		2ч10мин		2ч10мин		2ч10мин
Занятия	20мин		20мин		30мин		40мин		1ч10мин		1ч30мин
Время прогулки в утреннее и вечернее время на улице	2ч 30мин		2ч 30мин		2ч 45мин		2ч 30мин		2ч 20мин		2ч 20мин