

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1 от
«29» 08 2022г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А.Шапошникова
приказ № 17 от
«31» 08 2022г.

РЕЖИМ ДНЯ
в первой младшей группе общеразвивающей направленности (1,5-3 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность в центрах двигательной активности, индивидуальная работа				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.15
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.15-8.30
Завтрак				8.30-9.00
Организованная детская деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.10 перерыв 10 мин 9.20-9.30	9.00-9.10 перерыв 10 мин 9.20-9.30	9.00-9.10 перерыв 10 мин 9.20-9.30	9.00-9.10 перерыв 10 мин 9.20-9.30	9.00-9.10 перерыв 10 мин 9.20-9.30
Самостоятельная деятельность детей, двигательная активность (не более 15 минут), подготовка ко 2 завтраку, гигиенические процедуры				9.30-10.30
2 завтрак				10.30-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка				10.35-11.45
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры				11.45-12.00
Подготовка к обеду, обед				12.00-12.30
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон				12.30- 15.30
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность				15.30-16.00
Подготовка к полднику, полдник				16.00-16.30
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности, индивидуальная работа, 1 раз в неделю развлечение (пятница)				16.30-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность (не более 15 минут)				16.45-18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, уход домой				18.45-19.00
ИТОГО:				
Образовательная деятельность				не более 20 мин.
Сон				3 ч.
Питание				1ч. 35 мин.
Прогулка				3 ч.
Самостоятельная деятельность				2 часа 10 мин.
Двигательная активность каждый день				40 мин.
Двигательная активность (четверг, пятница)				50 мин.
Двигательная активность за неделю				3ч. 40 мин.

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1 от
«29» 08 2022г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А.Шапошникова
приказ № 17 от
«31» 08 2022г.

РЕЖИМ ДНЯ
во второй младшей группе общеразвивающей направленности (3-4 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность в центрах активности (не более 15 минут), индивидуальная работа				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.20
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.20-8.30
Завтрак				8.30-9.00
Организованная детская деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.15 перерыв 10 мин 9.25-9.40	9.00-9.15 перерыв 10 мин 9.25-9.40	9.00-9.15 перерыв 10 мин 9.25-9.40	9.00-9.15 перерыв 10 мин 9.25-9.40	9.00-9.15 перерыв 10 мин 10.45-11.00 (на воздухе)
Самостоятельная деятельность детей, подготовка ко 2 завтраку, гигиенические процедуры				9.45-10.00
2 завтрак				10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры (не более 15 минут)				10.40-12.10
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры				12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед				12.25-12.50
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон				12.50- 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность				15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник				15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности (не более 15 минут), индивидуальная работа, 1 раз в неделю развлечение (четверг)				15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка подвижные игры (не более 15 минут)				16.30-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, уход домой				18.30-19.00
ИТОГО:				
Образовательная деятельность				не более 30 мин.
Сон				2 часа 10 мин.
Питание				1 час 30 мин.
Прогулка				3 часа 30 мин.
Самостоятельная деятельность				1ч.15 мин
Двигательная активность каждый день				1ч.10 мин.
Двигательная активность (понедельник, среда, пятница)				1ч.25 мин.
Двигательная активность за неделю				6ч. 35 мин.

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1 от
«29» 08 2022г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А.Шапошникова
приказ № 17 от
«31» 08 2022г.

РЕЖИМ ДНЯ

в средней группе детей дошкольного возраста общеразвивающей направленности (4-5 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность в центрах активности (не менее 15 минут), индивидуальная работа				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.25
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.25-8.30
Завтрак				8.30-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.50-9.00
Организованная детская деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.20 перерыв 10 мин 9.30-9.50	9.00-9.20 перерыв 10 мин 9.30-9.50	9.00-9.20 перерыв 10 мин 9.30-9.50	9.00-9.20 перерыв 10 мин 9.30-9.50	9.00-9.20 перерыв 10 мин 9.30-9.50 (на воздухе)
самостоятельная деятельность в центрах двигательной активности (не менее 15 минут)				9.50-10.20
2 завтрак				10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры (не менее 15 мин.)				10.30-12.20
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры				12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед				12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон				13.00- 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность				15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник				15.30-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности (не менее 15 минут), индивидуальная работа. 1 раз в неделю развлечение (четверг)				15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка				16.30-18.30
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, уход домой				18.30-19.00
ИТОГО: Образовательная деятельность Сон Питание Прогулка Самостоятельная деятельность Двигательная активность каждый день Двигательная активность (вторник, среда, пятница) Двигательная активность за неделю				не более 40 мин. 2 ч. 1 ч. 20 мин. 3 ч. 50 мин. не менее 1ч.30 мин. 1ч. 15 мин. 1ч. 35 мин. не менее 7ч.15 мин.

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1 от
«29» 08 2022г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А.Шапошникова
приказ № 17 от
«31» 08 2022г.

РЕЖИМ ДНЯ

в старшей группе детей дошкольного возраста компенсирующей направленности (5-6 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, наблюдения, общение, восприятие художественной литературы и фольклора, гигиенические процедуры, индивидуальная и подгрупповая работа, физическое воспитание, артикуляционная гимнастика), двигательная активность (не менее 15 минут)				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.25
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.25-8.35
Завтрак				8.35-9.00
Образовательная деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.25 перерыв 10 мин 9.35-9.55 по подгруппам 10.45-11.10	9.00-9.25 перерыв 10 мин 9.35-10.00 перерыв 10 мин 10.10-10.35 по подгруппам	9.00-9.25 10.00-10.25	9.00-9.25 по подгруппам перерыв 10 мин 9.35-10.00	9.00-9.25 перерыв 10 мин 9.35-10.00 перерыв 10 мин 10.10-10.35 по подгруппам
2 завтрак				10.40-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах исследование объектов окружающего мира, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, индивидуальная или подгрупповая работа по физическому развитию, экспериментирование, (самостоятельная деятельность детей не менее 40 мин), двигательная активность детей (не менее 15 минут)				10.45-12.45
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, гигиенические процедуры				12.45-12.55
Обед				12.55-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон				13.15- 15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах.				15.15-15.30
Самостоятельная деятельность детей, игры				15.30-15.45
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный с включением блюд ужина).				15.45-16.00
Образовательная деятельность				16.00-16.25
16.00-16.25	16.00-16.25	17.10-17.35	16.00-16.25	
Игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность детей (не менее 15 минут) 1 раз в неделю развлечение (вторник)				16.25-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, образовательная деятельность в режимных моментах (исследование объектов окружающего мира, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, индивидуальная или подгрупповая работа по физическому развитию), самостоятельная деятельность не менее 50 мин., двигательная активность (не менее 15 минут)				17.00-18.40
Образовательная деятельность (в среду)				17.10-17.35
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, уход домой				18.40-19.00

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1 от
«29» 08 2022г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А. Шапошникова
Приказ № 17 от
«08» 2022г.

РЕЖИМ ДНЯ

в подготовительной группе детей дошкольного возраста компенсирующей направленности (6-7 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность в центрах активности (не менее 15 минут), индивидуальная работа				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.25
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.25-8.40
Завтрак				8.40-8.55
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.55-9.00
Организованная детская деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30
10.05-10.35	перерыв 10 мин	перерыв 10 мин	перерыв 10 мин	перерыв 10 мин
10.55-11.25	9.40-10.10	9.40-10.10	9.40-10.10	9.40-10.10
по подгруппам	по подгруппам	перерыв 10 мин	по подгруппам	по подгруппам
	10.20-10.50	10.35-10.05	10.20-10.50	10.20-10.45
			на воздухе	
2 завтрак				10.45-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность (не менее 15 минут)				11.25-12.50
Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры				12.50-13.00
Подготовка к обеду, обед				13.00-13.15
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон				13.15- 15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность				15.15-15.25
Подготовка к полднику, полдник				15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности (не менее 15 минут)				15.40-16.00
Организованная детская деятельность				16.00-16.30
16.00-16.30	16.00-16.30		16.00-16.30	
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности (не менее 15 минут), индивидуальная работа, 1 раз в неделю развлечение (среда)				16.30-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность (не менее 15 минут)				17.10-18.50
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, уход домой				18.50-19.00
ИТОГО:				
Образовательная деятельность				не более 1 ч. 30мин.
Сон				около 2 ч.
Питание				55 мин.
Прогулка				3 ч. 35мин.
Самостоятельная деятельность				3ч. 15 мин.
Двигательная активность каждый день				не менее 1ч. 15 мин.
Двигательная активность (вторник, четверг, пятница)				1ч.50 мин.
Двигательная активность за неделю				8ч.

Принято
на заседании
педагогического совета СП
«Детский сад №10» ГБОУ
СОШ № 29 г. Сызрани
протокол № 1от
«29» 08 2022г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №29
г. Сызрани
М.А.Шапошникова
приказ № 17 от
«31» 08 2022г.



РЕЖИМ ДНЯ
в смешанной группе детей дошкольного возраста общеразвивающей направленности (5-7 лет)
(холодный период)

Режимные моменты				Время
Прием детей, осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность в центрах активности, индивидуальная работа				7.00 -8.10
Утренняя гимнастика				8.10-8.20
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.20-8.30
Завтрак				8.30-8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры				8.50-9.00
Организованная детская деятельность				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.25 перерыв 10 мин 9.35-10.00	9.00-9.25 (1 подгруппа) 9.25-9.55 (2 подгруппа) перерыв 10 мин 10.05-10.30	9.00-9.25 перерыв 10 мин 9.35-10.05 (1 подгруппа) 10.05-10.30 (2 подгруппа)	9.00-9.25 (1 подгруппа) перерыв 10 мин 9.25-10.05 (2 подгруппа) перерыв 10 мин 10.15-10.45 16.00-16.30	9.00-9.30 перерыв 10 мин 9.40-10.10 11.00-11.30
2 завтрак				10.20-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка, подвижные игры не менее 20 мин.				10.35-12.35
Физкультурное занятие на свежем воздухе (пятница)				10.55-11.20
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры				12.35-12.40
Подготовка к обеду, обед				12.40-13.00
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон				13.00- 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гигиенические процедуры, образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность				15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник				15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности				15.40-16.00
Организованная детская деятельность				16.00-16.30
16.00-16.30			16.00-16.30	
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности (не менее 15 мин), индивидуальная работа, 1 раз в неделю <u>развлечение</u> (пятница)				16.30-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка				17.00-18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, уход домой				18.45-19.00
ИТОГО:				
Образовательная деятельность				не более 1 ч. 30мин.
Сон				2 час
Питание				1 ч.40 мин.
Прогулка				3 ч.45 мин.
Самостоятельная деятельность				3ч. 20 мин.
Двигательная активность каждый день				1ч.15 мин.
Двигательная активность (понедельник, среда, пятница)				1ч.40 мин.
Двигательная активность за неделю				7ч.30 мин.