

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
«Сертоловский центр образования №2»**

Принято
на заседании педагогического совета
протокол от 31.08.2023г. №1

Утверждено
Приказом директора
от 31.08.2023 № 201

РЕЖИМ ДНЯ

РЕЖИМ ДНЯ
для детей раннего возраста 2 – 3 лет
группы общеразвивающей направленности

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	7.00 - 8.20
Завтрак (период включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовка к завтраку, завтрак)	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность обучающихся	8.50 – 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 - 9.10 (1 подгруппа) 9.20 – 9.30 (2 подгруппа) 9.30 – 9.50 (групповое)
Второй завтрак (период включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	9.50 – 10.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.00 - 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, подготовка к обеду.	11.30 - 11.45
Обед (период включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	11.45 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Игры, СОД в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность детей	15.30 - 16.00
Уплотненный полдник (период включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.00 - 16.30
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	16.30 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей младшего дошкольного возраста 3-4 года
группы общеразвивающей направленности

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.15
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.15 – 8.45
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям.	8.45 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 9.40
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	9.40 – 10.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.00 – 11.45
Возвращение с прогулки	11.45 – 12.00
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.00 - 12.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	12.30 - 15.30
Игры, СОД в соответствие с реализацией образовательной программы, самостоятельная деятельность детей.	15.30 – 16.10
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.10 - 16.45
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.45 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей младшего дошкольного возраста 4 – 5 лет
группы общеразвивающей направленности

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.15
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.15 – 8.45
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям	8.45 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 9.50
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	9.50 – 10.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.00 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	12.45 - 15.15
СОД в соответствие с реализацией образовательной программы, самостоятельная деятельность детей.	15.15 – 16.10
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.10 - 16.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, «Круг друзей».	16.45 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 5 – 6 лет
группы общеразвивающей направленности

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.00
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.00 – 10.15
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.15 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Занятия (при необходимости), СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	15.30 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей, «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 6 – 7 лет
группы общеразвивающей направленности

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям.	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.50
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.10 – 10.20 в промежутке между занятиями
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.50 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 - 15.15
СОД в соответствие с реализацией образовательной программы, самостоятельная деятельность детей.	15.15 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 5 – 6 лет
группы компенсирующей направленности с ТНР

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.00
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.00 – 10.15
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.15 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Занятия (при необходимости) и СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	15.30 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 5 – 6 лет
группы компенсирующей направленности с ЗПР

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.00
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.00 – 10.15
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.15 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30
Занятия (при необходимости) и СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	15.30 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 6 – 7 лет
группы компенсирующей направленности с ТНР

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям.	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.50
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.10 – 10.20 в промежутке между занятиями
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.50 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 - 15.15
СОД в соответствие с реализацией образовательной программы, самостоятельная деятельность детей.	15.15 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста 6 – 7 лет
группы компенсирующей направленности с ЗПР

содержание	время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к завтраку, завтрак)	8.20 – 8.40
Игры, «Круг друзей», подготовка к занятиям.	8.40 – 9.00
Занятия в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН (общая длительность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики снятие мышечной усталости)	9.00 – 10.50
Второй завтрак (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак)	10.10 – 10.20 в промежутке между занятиями
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся.	10.50 – 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 – 12.15
Обед (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к обеду, обед)	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.45 - 15.15
СОД в соответствие с реализацией образовательной программы, самостоятельная деятельность детей.	15.15 – 16.15
Уплотненный полдник (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку к полднику, полдник)	16.15 – 16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей , «Круг друзей».	16.40 – 17.00
СОД (в помещении, на прогулочном участке) в соответствии с реализацией образовательной программы и действующих СанПиН, самостоятельная деятельность обучающихся. Уход детей домой.	17.00 - 19.00

СОД – совместная образовательная деятельность