

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СОШ № 14
 «Центр образования» г.о. Сызрань
 Е.Б. Марусина
 от «09» 09. 2023г.



**Режим дня на холодный период года
 на 2023-2024 учебный год**

Режимные моменты	Группа раннего возраста, первая младшая	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные к школе группы
Прием детей, осмотр, свободная игра	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	№1 (1 зд.) 7.50-8.00 №2 (2 зд.) 8.00-8.10	№1 8.00 -8.10 №2 8.10 -8.20	(2зд. ком.нап.) 7.50-8.00	(1зд.) 8.20-8.30 (2 зд.) 7.50-8.00
Утренний круг	—	№1 8.00-8.10 №2 8.10-8.20	№1 8.10 -8.20 №2 8.20 -8.30	8.00-8.20	(1зд.) 8.00-8.20 (2 зд.) 8.00-8.20
Самостоятельная деятельность детей	8.10-8.30	№1 8.10-8.30 №2 8.20-8.30	№1 8.20-8.30 №2 8.00-8.10	8.20-8.30	(1зд.) — (2 зд.) 8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 -9.10 (1 подгр) 9.20-09.30 (2 подгр.)	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00 – 9.30 9.40 -10.10 10.20 -10.50
Игры, самостоятельная деятельность	09.30-10.30	9.40-10.30	09.50-10.30	10.00-10.30	—
2 завтрак	10.30-10.45	10.30-10.45	10.30-10.45	10.30-10.45	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.45-11.45	10.45-11.45	10.45-11.45	10.45-11.50	10.50-11.50
Возвращение с прогулки	11.45-12.00	11.45-12.00	11.45-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00
Подготовка к обеду, дежурство Обед. Подготовка ко сну	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Дневной сон, постепенный подъем	12.30-15.30	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30

Подготовка к полднику, полдник (с включением блюда ужина)	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия (занятия со специалистами)	16.00-16.10 (1подгр) 16.20-16.30 (2подгр)	—	—	16.00-16.25	16.00-16.30
Игры, самостоятельная деятельность	16.30-17.00	16.00-16.50	16.00-16.50	16.25-16.50	16.30-16.50
Вечерний круг	—	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельные игры, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00