

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ №3 г. Сызрани  
Т.П.Симонова  
Приказ от 30.08.2024г. № 477 /ОД

## **Режим дня на холодный период 2024-2025 учебный год**

Государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №3 города Сызрани  
городского округа Сызрань Самарской области,  
структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы  
дошкольного образования «Детский сад №60», расположенное по адресу:  
446020, Самарская область, г. Сызрань, ул. Гагарина, д.12

Сызрань 2024 г.

# РЕЖИМ ДНЯ

**1 младшей группы**  
(группы детей раннего возраста)

**СП «Детский сад № 60» ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани**  
холодный период года

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность	<b>6.30 – 7.50</b>
Утренняя гимнастика	<b>7.50 - 8.00</b>
Игры, индивидуальная работа с детьми	<b>8.00 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.20 – 9.00</b>
Самостоятельная деятельность/Занятия по подгруппам (между занятиями перерыв 10 мин.)	<b>9.00 – 9.10</b> <b>9.20 – 9.30</b>
Игры, самостоятельная деятельность	<b>9.30 – 10.30</b>
Завтрак -2	<b>10.30 – 10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, индивидуальная работы)	<b>10.40 - 11.40</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>11.40 – 11.50</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>11.50 – 12.20</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.20 – 15.20</b>
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	<b>15.20 – 15.30</b>
Игры, индивидуальная работа с детьми	<b>15.30 – 16.00</b>
Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина	<b>16.00 – 16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, индивидуальная работа), уход детей домой	<b>16.30 – 18.30</b>

## **Режим дня** **2 младшей группы**

**СП «Детский сад № 60» ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани**  
на холодный период года

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, свободная игра	<b>6.30 – 8.00</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.00 – 8.10</b>

Гигиенические процедуры	<b>8.10 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	<b>8.20 – 9.00</b>
Занятия (между занятиями перерыв 10 мин.)	<b>9.00 – 9.15</b> <b>9.25 – 9.40</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>9.40 – 10.30</b>
Завтрак-2	<b>10.30 – 10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа )	<b>10.40 – 11.50</b>
Возвращение с прогулки, игры	<b>11.50 – 12.10</b>
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед.	<b>12.10 – 12.45</b>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	<b>12.45 – 15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	<b>15.15 – 15.30</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей, образовательная деятельность в режимных моментах	<b>15.30 – 16.10</b>
Гигиенические процедуры, подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина	<b>16.10 – 16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, индивидуальная работа ), уход детей домой	<b>16.40 – 18.30</b>

### **Режим дня средней группы**

**СП «Детский сад № 60» ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани  
на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, свободная игра	<b>6.30 – 7.50</b>
Утренняя гимнастика	<b>7.50 – 8.00</b>
Гигиенические процедуры	<b>8.00 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство.	<b>8.20 – 9.00</b>
Занятия (между занятиями перерыв 10 мин.)	<b>9.00 – 9.20</b> <b>9.30 – 9.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>9.50 – 10.30</b>
Завтрак - 2	<b>10.30 – 10.40</b>

Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа)	<b>10.40– 11.50</b>
Возвращение с прогулки, игры, гигиенические процедуры	<b>11.50 – 12.15</b>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	<b>12.15 – 12.45</b>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	<b>12.45 – 15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	<b>15.15 – 15.30</b>
Игры, самостоятельная деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах	<b>15.30 – 16.10</b>
Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина	<b>16.10 – 16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа), уход детей домой.	<b>16.40 – 18.30</b>

### **Режим дня старшей группы**

#### **СП «Детский сад № 60» ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, свободная игра	<b>6.30 – 8.05</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.05 – 8.15</b>
Гигиенические процедуры	<b>8.15 – 8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	<b>8.20 – 9.00</b>
Занятия (между образовательной деятельностью перерыв 10 мин.)	<b>9.00 – 9.25</b> <b>9.35 – 10.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>10.00 – 10.30</b>
Завтрак - 2	<b>10.30 – 10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа)	<b>10.40 – 12.00</b>
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	<b>12.00 – 12.10</b>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	<b>12.20 – 12.45</b>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	<b>12.45 – 15.15</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.15 – 15.30</b>
Занятия после дневного сна	<b>15.30 – 15.55</b>
Образовательная деятельность в режимных моментах	
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>15.55 - 16.20</b>

Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина	<b>16.20 – 16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), уход детей домой	<b>16.50 – 18.30</b>

**Режим дня  
подготовительной к школе группы**

**СП «Детский сад № 60» ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани  
на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, свободная игра	<b>6.30 – 8.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>8.00 – 8.18</b>
Утренняя гимнастика	<b>8.18 – 8.30</b>
Подготовка к завтраку, завтрак. дежурство	<b>8.30 – 9.00</b>
Занятия (между занятиями перерыв 10 мин.)	<b>9.00 – 9.30</b> <b>9.40 – 10.10</b> <b>10.20 – 10.50</b>
Завтрак-2	<b>10.50 – 11.00</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)	<b>11.00 - 12.10</b>
Возвращение с прогулки, игры	<b>12.10 – 12.20</b>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	<b>12.20 – 12.45</b>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	<b>12.45 – 15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	<b>15.15 – 15.30</b>
Образовательная деятельность в режимных моментах	<b>15.30 – 16.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей	<b>16.00 – 16.20</b>
Подготовка к уплотненному полднику с включением блюд ужина, уплотненный полдник с включением блюд ужина	<b>16.20 – 16.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (свободная игра, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), уход домой	<b>16.40 – 18.30</b>

