

Принято
на педагогическом совете №1
от 30.08. 2019г.

Утверждаю
Руководитель СПДС «Колосок»
Л.В. Захарова.



Режим дня СПДС «Колосок» с. Жигули
на сентябрь 2019г по май 2020г

№	Возрастная группа/ режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	Утренний приём, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.45	8.15-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
3	Подготовка к ООД	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
4	Общая образовательная деятельность (ООД)	9.00-9.10 (1-я подгруппа)	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.20 9.30-9.55	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.40
		9.20-9.30 (2-я подгруппа)				
	<i>Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня</i>	<i>не более 10 мин.</i>	<i>30 мин. (2x15 мин.)</i>	<i>40 мин. (2x20мин.)</i>	<i>45 мин. (1x20мин.; 1x25 мин. физкультурно — оздоровительного и эстетического цикла)</i>	<i>1ч.20мин. (2x25мин.; 1x30мин. физкультурно — оздоровительного и эстетического цикла)</i>
5	Второй завтрак	9.30	9.40	9.50	9.55	10.40
6	Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.30	9.40-12.00	9.50-12.30	9.55-12.35	10.40-12.40
	<i>Длительность 1-ой прогулки</i>	<i>2ч.</i>	<i>2ч.20мин.</i>	<i>2ч.40мин.</i>	<i>2ч.40мин.</i>	<i>2ч.</i>
7	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.35	12.00-12.05	12.30-12.35	12.35-12.40	12.40-12.45
8	Обед	11.35-12.00	12.05-12.30	12.35-13.00	12.40-13.00	12.45-13.00
9	Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00	12.30-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
	<i>Общая продолжительность сна</i>	<i>3ч.</i>	<i>2ч.30мин.</i>	<i>2ч.</i>	<i>2ч.</i>	<i>2ч.</i>
10	Подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
11	Полдник.	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25
12	Игры, самостоятельная деятельность, ООД, занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.)	15.25-16.30	15.25-16.30	15.25-16.30	15.25-16.30	15.30-16.30
		ООД ежедневно по 10мин. (15.30-15.40 — 1-я подгруппа; 15.50-16.00 — 2-я подгруппа)	ООД ежедневно по 15мин. 15.30-15.45 кружки не более 15 мин. 1 раз в неделю	ООД ежедневно по 20мин. 15.30-15.50 кружки не более 25 мин. 2 раза в неделю	ООД ежедневно по 25мин. 15.30-15.55 кружки не более 25 мин. 2 раза в неделю	ООД 2-3 раза ежедневно по 30мин. 15.30-16.00 кружки не более 30 мин. 2-3 раза в неделю
13	Подготовка к ужину. Ужин.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30 - 17.00	16.30 - 17.00	16.30-17.00
	<i>Максимальный объем недельной образовательной нагрузки (включая дополнительное образование)</i>	<i>не более 1ч.30мин.</i>	<i>2ч.45 мин.</i>	<i>4ч.</i>	<i>6ч.15 мин.</i>	<i>8ч.30мин.</i>
14	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00