



Степанова С.А.
С=RU, OU=и.о. Директора,
O=ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск,
CN=Степанова С.А.,
E=school13_chp@63edu.ru
0099dd1dc8e52165a3
2025.09.15 09:53:21+04'00'

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора

ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск

Степанова /Степанова С.А./

Режим дня в холодный период.

Режимные моменты.	1 младшая	2 младшая	средняя	старшая	подготови- тельная
Дома					
Подъем, утренний туалет.	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В детском саду					
Прием детей.	7.00-7.30	7.00-7.50	7.00-7.50	7.00-8.00	7.00-8.15
Утренняя, дыхательная, пальчиковая гимнастика.	7.30-7.50	7.50-8.10	7.50-8.15	8.00-8.15	8.15-8.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры.	7.50-8.00	8.10-8.20	8.15-8.25	8.15-8.30	8.30-8.35
Завтрак.	8.00-8.20	8.20-8.40	8.25-8.45	8.30-8.50	8.35-8.50
Гигиенические процедуры.	8.20-8.25	8.40-8.50	8.45-8.55	8.50-8.55	8.50-8.55
Самостоятельная деятельность	8.25-8.40	8.50-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	8.40-9.10	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.35	9.00-10.50
Подготовка к завтраку. 2 завтрак	9.10-9.20	9.50-10.05	10.00-10.10	10.35-10.45	10.50-11.00
Подготовка и выход на прогулку, прогулка.	9.20-11.10	10.05-11.40	10.10-12.00	10.45-12.10	11.00-12.30
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры.	11.10-11.30	11.40-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20	12.30-12.40
Обед.	11.30-12.00	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.40-13.00
Подготовка к дневному сну, гигиенические процедуры.	12.00-12.10	12.30-12.50	12.40-12.50	12.50-13.00	13.00-13.10
Дневной сон.	12.10-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00
Постепенный подъем, побудка, умывание.	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Уплотненный полдник.	15.15-15.30	15.20-15.45	15.25-15.45	15.25-15.40	15.30-15.40
Гигиенические процедуры.	15.30-15.40	15.45-16.00	15.45-16.00	15.40-15.50	15.40-15.50
Организованная образовательная деятельность	15.40-16.10			15.50-16.30	15.50-16.30
Игры, самостоятельная деятельность.	16.10-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00
Вечерняя прогулка. Уход детей домой	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00
Дома					
Прогулка и активный отдых.	19.00-20.00	19.00-20.00	19.30-20.00	19.30-20.10	19.30-20.15
Возвращение с прогулки. Ужин. Спокойные игры.	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.40	20.10-20.40	20.15-20.45