

Утверждаю  
 Директор МБОУ «Выйская СОШ»  
 \_\_\_\_\_ Малеев С. В.

**Режим дня для разновозрастной группы МБОУ «Выйская СОШ»  
 Детский сад «Капелька»  
 с 9-ти часовым пребыванием детей – (сентябрь - май)  
 (Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21)**

Режимные мероприятия	Содержание работы	Младший возраст 1,5 – 3	Средний возраст 3 - 5	5-7 лет
Прием детей	- Осмотр детей, термометрия; - Игры детей; - Утренний круг	8 <sup>00</sup> -8 <sup>10</sup> (10 мин)	8 <sup>00</sup> -8 <sup>10</sup> (10 мин)	8 <sup>00</sup> -8 <sup>10</sup> (10 мин)
Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)	Общеразвивающие упражнения, основные упражнения, подвижные игры	8 <sup>10</sup> -8 <sup>20</sup> (10 мин)	8 <sup>10</sup> -8 <sup>20</sup> (10 мин)	8 <sup>10</sup> -8 <sup>20</sup> (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	Отдых, игровая деятельность	8 <sup>20</sup> -8 <sup>30</sup> (10 мин)	8 <sup>20</sup> -8 <sup>30</sup> (10 мин)	8 <sup>20</sup> -8 <sup>30</sup> (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	- Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи	8 <sup>30</sup> -8 <sup>50</sup> (20 мин)	8 <sup>30</sup> -8 <sup>45</sup> (15 мин)	8 <sup>30</sup> -8 <sup>45</sup> (15 мин)
Самостоятельная деятельность детей	Отдых, игровая деятельность	8 <sup>50</sup> -9 <sup>00</sup> (10 мин.)	8 <sup>45</sup> -9 <sup>00</sup> (15 мин)	8 <sup>45</sup> -9 <sup>00</sup> (15 мин)
Образовательная нагрузка	НОД №1	9 <sup>00</sup> -9 <sup>10</sup> (10 мин.)	9 <sup>00</sup> -9 <sup>15</sup> (15 мин)	9 <sup>00</sup> -9 <sup>20</sup> (20 мин)
Перерыв между НОД (двигательная деятельность)	Физкультурные минутки, двигательная активность детей	9 <sup>10</sup> -9 <sup>40</sup> (30 мин)	9 <sup>15</sup> -9 <sup>40</sup> (25 мин)	9 <sup>20</sup> -9 <sup>40</sup> (20 мин)
Образовательная нагрузка	НОД №2	9 <sup>40</sup> -9 <sup>50</sup> (10 мин)	9 <sup>40</sup> -9 <sup>55</sup> (15 мин)	9 <sup>40</sup> -10 <sup>00</sup> (20 мин)
Самостоятельная деятельность детей	Отдых, игровая деятельность	9 <sup>50</sup> -10 <sup>00</sup> (10 мин)	9 <sup>55</sup> -10 <sup>05</sup> (10 мин)	10 <sup>00</sup> -10 <sup>10</sup> (10 мин)
2-ой завтрак	- Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи	10 <sup>00</sup> -10 <sup>10</sup> (10 мин)	10 <sup>05</sup> -10 <sup>15</sup> (10 мин)	10 <sup>10</sup> -10 <sup>20</sup> (10 мин)
Подготовка к прогулке	- Поход в туалет, переодевание	10 <sup>10</sup> -10 <sup>20</sup> (10 мин)	10 <sup>15</sup> -10 <sup>25</sup> (10 мин)	10 <sup>20</sup> -10 <sup>30</sup> (10 мин)
ПРОГУЛКА	- Наблюдение, трудовая деятельность, с/ролевые игры, дидактические игры, игры эксперименты. - Возвращение с прогулки: переодевание	10 <sup>20</sup> -11 <sup>45</sup> (1 ч 25 мин)	10 <sup>25</sup> -11 <sup>50</sup> (1ч 25 мин)	10 <sup>35</sup> -12 <sup>00</sup> (1 ч 25 мин)

Самостоятельная деятельность детей	<b>Двигательная деятельность на прогулке:</b> Подвижные игры, бег, прыжки, игры со спортивным инвентарем, индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств	<b>25 мин.</b>	<b>23 мин.</b>	<b>23 мин.</b>
	Отдых, деятельность в центрах природы и экспериментирования	<b>11<sup>45</sup>-12<sup>00</sup></b> (15 мин)	<b>11<sup>45</sup>-12<sup>00</sup></b> (15 мин)	<b>11<sup>50</sup>-12<sup>10</sup></b> (10 мин)
<b>ОБЕД</b>	- Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи	<b>12<sup>00</sup>-12<sup>20</sup></b> (20 мин)	<b>12<sup>00</sup>-12<sup>20</sup></b> (20 мин)	<b>12<sup>10</sup>-12<sup>25</sup></b> (15 мин)
<b>Подготовка ко сну</b>	Поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати;	<b>12<sup>20</sup>-12<sup>30</sup></b> (10 мин)	<b>12<sup>20</sup>-12<sup>30</sup></b> (10 мин)	<b>12<sup>25</sup>-12<sup>30</sup></b> (5 мин)
<b>СОН</b>	- <b>ДНЕВНОЙ СОН;</b> - Пробуждение: постепенный подъем, переодевание	<b>12<sup>30</sup>-15<sup>00</sup></b> (2 ч 30 мин)	<b>12<sup>30</sup>-15<sup>00</sup></b> (2 ч 30 мин)	<b>12<sup>30</sup>-15<sup>00</sup></b> (2ч 30 мин.)
Самостоятельная деятельность детей	Игры	<b>15<sup>00</sup>-15<sup>10</sup></b> (10 мин)	<b>15<sup>00</sup>-15<sup>10</sup></b> (10 мин)	<b>15<sup>00</sup>-15<sup>10</sup></b> (10 мин)
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД № № 3 (во 2-ой половине дня)	-	-	<b>15<sup>10</sup>-15<sup>35</sup></b> (25 мин)
<b>Двигательная деятельность детей</b>	Игровая деятельность	<b>15<sup>10</sup>-15<sup>35</sup></b> (25 мин)	<b>15<sup>10</sup>-15<sup>35</sup></b> (25 мин)	<b>15<sup>35</sup>-15<sup>40</sup></b> (5 мин)
<b>Подготовка к полднику</b> <b>ПОЛДНИК</b>	- Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; - Прием пищи; - Гигиенические процедуры после приема пищи	<b>15<sup>35</sup>-15<sup>50</sup></b> (15 мин)	<b>15<sup>35</sup>-15<sup>50</sup></b> (15 мин)	<b>15<sup>40</sup>-15<sup>55</sup></b> (15 мин)
<b>Совместная деятельность взрослого и детей</b>	Вечерний круг	<b>15<sup>50</sup>-16<sup>15</sup></b> (25 мин)	<b>15<sup>50</sup>-16<sup>15</sup></b> (25 мин)	<b>15<sup>55</sup>-16<sup>20</sup></b> (25 мин)
<b>Подготовка к прогулке</b>	- Поход в туалет, переодевание	<b>16<sup>15</sup>-16<sup>25</sup></b> (10 мин)	<b>16<sup>15</sup>-16<sup>25</sup></b> (10 мин)	<b>16<sup>20</sup>-16<sup>25</sup></b> (5 мин)
<b>ПРОГУЛКА</b> <b>Уход домой</b>	- Наблюдение, трудовая деятельность, с/ролевые игры, дидактические игры, игры эксперименты	<b>16<sup>25</sup>-17<sup>00</sup></b> (35 мин)	<b>16<sup>25</sup>-17<sup>00</sup></b> (35 мин)	<b>16<sup>25</sup>-17<sup>00</sup></b> (35 мин)
	- <b>Двигательная деятельность на прогулке:</b> Подвижные игры, бег, прыжки, игры со спортивным инвентарем, индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств	<b>30 мин.</b>	<b>30 мин.</b>	<b>30 мин.</b>