

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 8 имени Героя Социалистического труда  
городского округа Октябрьск Самарской области

Обсуждён на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 10 от «30» августа 2023г

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск  
Шальнова Е.В.  
Приказ № 273 –ОД от «31» августа 2023г

**Режим дня**  
**СП «Детский сад № 4» ГБОУ СОШ № 8 г.о. Октябрьск**  
**на 2023-2024 учебный год**  
**(холодный и тёплый периоды)**

**Режим дня на холодный период  
во второй младшей группе (3-4 года)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.00	Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, физическое воспитание)
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.30	Совместная деятельность детей и взрослых (индивидуальная работа), гигиенические процедуры
8.30 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.15	Совместная деятельность детей и взрослых
9.15 – 9.30	Занятия
9.40 – 9.55	
9.40 – 10.30	Игры (самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность)
10.30 – 11.00	Второй завтрак, подготовка к прогулке
11.00 – 12.00	Прогулка, возвращение с прогулки
12.00- 12.15	Возвращение с прогулки, совместная деятельность детей и взрослых
12.15 – 13.00	Подготовка к обеду, обед, подготовка к дневному сну
13.00 – 15.30	Дневной сон, постепенный подъём, подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник, с включением блюд ужина
16.00 – 17.00	Самостоятельная деятельность детей, игры (развлечения по пятницам)
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой

**Режим дня на холодный период  
в средней группе (4-5 лет)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.00	Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, физическое воспитание)
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика
8.10– 8.30	Совместная деятельность детей и взрослых, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры
8.30 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.20 9.35 – 9.55 9.20 – 9.30 (пятница) 9.35 – 9.55 (пятница)	Занятия
9.55 – 10.30	Совместная деятельность детей и взрослых
10.30 – 11.00	Второй завтрак
11.00 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00 – 12.20	Возвращение с прогулки, совместная деятельность детей и взрослых
12.20 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.30	Дневной сон, постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник, с включением блюд ужина
16.00 – 17.00	Самостоятельная деятельность детей/Развлечения (по пятницам)
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой

**Режим дня на холодный период  
в старшей группе комбинированной направленности (5-6 лет)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.00	Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, физическое воспитание)
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.30	Совместная деятельность детей и взрослых
8.30 – 9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 9.25 10.00 – 10.25 9.40 – 10.00 (пятница)	Занятия
10.00 – 10.30	Совместная деятельность детей и взрослых
10.30 – 10.45	Второй завтрак, подготовка к прогулке
11.00 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.30	Возвращение с прогулки, совместная деятельность детей и взрослых
12.25 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.30	Сон, постепенный подъём, гимнастика после дневного сна
15.30 – 16.00	Полдник, с включением блюд ужина
16.00 – 16.25	Занятия (вторник, среда, пятница) / Развлечение (по пятницам), самостоятельная деятельность детей
16.25 – 17.00	Самостоятельная деятельность детей,
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой

**Режим дня на холодный период  
в подготовительной к школе группе комбинированной направленности (6-7 лет)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.00	Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, физическое воспитание)
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.30	Совместная деятельность детей и взрослого
8.30 – 9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.30 – 10.55 10.20 – 10.45 (пятница)	Занятия
10.15 – 10.25	Второй завтрак
11.00 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка
12.00 – 12.30	Возвращение с прогулки, совместная деятельность воспитателя с детьми, подготовка к обеду
12.30 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.30	Дневной сон
15.10 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика после сна, подготовка к полднику
15.30 – 16.00	Полдник, с включением блюд ужина
16.00 – 16.30	Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, досуг, индивидуальная работа)
17.00 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, игры /Развлечения (по пятницам)
17.30 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка

**Режим дня на холодный период  
в группе раннего возраста (2-3 года)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.00	Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, физическое воспитание)
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.30 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.10	Занятия
9.20 – 10.00	Образовательная деятельность в режимных моментах (совместная деятельность воспитателя с детьми, игры, индивидуальная работа)
10.15 -10.30	Второй завтрак
10.30 – 11.30	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
11.30 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.30	Сон, постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 16.00	Полдник с включением блюд ужина
16.00 – 16.10 16.15 – 16.25	Занятия (по подгруппам),
16.30 – 17.00	Самостоятельная деятельность детей, игры /Развлечения (по пятницам)
17.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка
18.30 – 19.00	Игры (самостоятельная деятельность)

**Режим дня на тёплый период  
в группе раннего возраста (2-3 года)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимные моменты
07.00 – 08.00	Приём на участке СП (осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание) в зависимости от погодных условий
08.00 – 08.05	Утренняя гимнастика
08.05 – 08.30	Самостоятельная деятельность Возвращение с прогулки
08.30 – 09.30	Подготовка к завтраку, завтрак
09.30 – 10.00	Самостоятельная деятельность
10.15 – 10.30	2 завтрак
10.30 – 11.30	Прогулка, возвращение с прогулки
11.30 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.30	Подготовка к дневному сну, сон
15.00 – 15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры
15.30 – 16.00	Полдник с включением блюд ужина
16.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность)
18.30 – 19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой

**Режим дня на тёплый период  
во второй младшей группе (3 - 4 года)  
2023 – 2024 учебный год**

<i>Режимный момент</i>	<i>Время проведения</i>
Приём (осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание) в зависимости от погодных условий	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.05
Прогулка, самостоятельная деятельность	08.05 – 08.30
Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Прогулка (игры, индивидуальная работа, физическое воспитание)	09.00 – 10.30
2 завтрак	10.30 – 11.00
Прогулка, возвращение с прогулки	11.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
Подготовка к дневному сну, сон, постепенный подъём	13.00 – 15.30
Полдник с включением блюд ужина	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность)	16.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00



**Режим дня на тёплый период  
в средней группе (4-5 лет)  
2023 – 2024 учебный год**

<i>Режимный момент</i>	<i>Время проведения</i>
Приём на участке СП (осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание) в зависимости от погодных условий	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.05 – 08.11
Прогулка	08.11 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Прогулка.	09.00 – 10.30
2 завтрак	10.30 – 11.00
Прогулка, возвращение с прогулки	11.00 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00
Подготовка к дневному сну, сон, постепенный подъём	13.00 – 15.30
Полдник с включением блюд ужина	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность)	16.00 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30 – 19.00

**Режим дня на тёплый период  
в старшей группе комбинированной направленности (5-6 лет)  
2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимный момент
07.00 – 08.00	Приём на участке СП (осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание) в зависимости от погоды
08.00 – 08.20	Самостоятельная деятельность
08.20 – 08.30	Утренняя гимнастика (на свежем воздухе)
08.30 – 09.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку, завтрак
09.30-10.30	Прогулка. Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание
10.30 – 11.00	2 завтрак
11.00 – 12.00	Прогулка, возвращение с прогулки
12.00 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.30	Подготовка к дневному сну, сон, постепенный подъём
15.30 – 16.00	Полдник с включением блюд ужина
16.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа)
18.30 – 19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой

**Режим дня на тёплый период**  
**в подготовительной к школе группе № 2 комбинированной направленности**  
**(6-7 лет)**  
**2023 – 2024 учебный год**

Время	Режимный момент
07.00 – 08.25	Приём на участке СП (осмотр, образовательная деятельность в режимных моментах, игры, индивидуальная работа, физическое воспитание) в зависимости от погодных условий
08.20 – 08.30	Утренняя гимнастика
08.37 – 09.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к завтраку, завтрак
09.00 – 10.30	Прогулка. Игры, индивидуальная работа, физическое воспитание
10.30 – 11.00	2 завтрак
11.00 – 12.00	Прогулка, возвращение с прогулки
12.00 – 13.00	Подготовка к обеду, обед
13.00 – 15.30	Подготовка к дневному сну, сон, постепенный подъём
15.30 – 16.00	Полдник с включением блюд ужина
16.00 – 18.30	Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная деятельность)
18.30 – 19.00	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой