

## ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ

в соответствии с программой «От рождения до школы»,  
образовательной программой дошкольного образования  
ГБОУ Школа имени Достоевского и требованиями СанПин  
для детей младшей группы

Содержание	Время проведения
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 9.00
Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Второй завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд в природе)	10.00 -12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры	12.00 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон	12.50 -15.10
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.10 - 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 - 15.50
Игры, кружки, занятия, самостоятельная деятельность детей	15.50 -16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.30 - 18.15
Подготовка к ужину, ужин, уход детей домой	18.15 - 19.00

Общее количество занятий в неделю: 10

Продолжительность организованной образовательной деятельности: 15 мин.

Перерыв между занятиями: 10 мин.