ГОБОУ «АШИ № 4»

Приказ № 245 -од

от «30» августа 2021г

**Режим дня воспитанников ГОБОУ «АШИ № 4» на 2021-2022 учебный год**

**(понедельник – пятница)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 классы (I полугодие)** | | | | | | **1 классы (II полугодие)** | | | | |
| Подъем | | 06.45 | |  | | Подъем | 06.45 | | |  |
| Зарядка | | 06.50-07.05 | | 15 мин | | Зарядка | 06.50-07.05 | | | 15 мин |
| Уборка спален, туалет | | 07.05-07.15 | | 10 мин | | Уборка спален, туалет | 07.05-07.15 | | | 10 мин |
| Завтрак | | 07.15-07.30 | | 15 мин | | Завтрак | 07.15-07.30 | | | 15 мин |
| **Прогулка** | | **07.30-07.55** | | **25 мин** | | **Прогулка** | **07.30-07.55** | | | **25 мин** |
| **1 урок** | | 08.00-08.35 | | 35 мин | | **1 урок** | 08.00-08.40 | | | 40 мин |
| Перемена, завтрак | | 08.35-08.55 | | 20 мин | | Перемена, завтрак | 08.40-08.55 | | | 15мин |
| **2 урок** | | 08.55-09.30 | | 35 мин | | **2 урок** | 08.55-09.35 | | | 40 мин |
| Перемена  Динамическая пауза | | **09.30-10.30** | | **60 мин** | | Перемена  Динамическая пауза | **09.35-10.20** | | | **45 мин** |
| **3 урок** | | 10.30-11.05 | | 35 мин | | **3 урок** | 10.20-11.00 | | | 40 мин |
| Перемена | | 11.05-11.15 | | 10 мин | | Перемена | 11.00-11.10 | | | 10 мин |
| **4 урок** | | 11.15-11.50 | | 35 мин | | **4 урок** | 11.10-11.50 | | | 40 мин |
| 4 перемена | | 11.50-12.00 | | 10 мин | | Перемена | 11.50-12.00 | | | 10 мин |
| **5 урок/прогулка** | | 12.00-12.35 | | **35 мин** | | **5 урок/прогулка** | 12.00-12.40 | | | **40 мин** |
| 5 перемена/обед | | 12.35-12.55 | | 20 мин | | 5 перемена/обед | 12.40-13.00 | | | 20 мин |
| Сон | | 12.55-14.25 | | 90 мин | | Сон | 13.00-14.30 | | | 90 мин |
| Перерыв | | 14.25-14.40 | | 15 мин | | Перерыв | 14.30-14.40 | | | 10 мин |
| Внеурочная деятельность | | 14.40-15.15 | | 35 мин | | Внеурочная деятельность | 14.40-15.20 | | | 40 мин |
| **Прогулка** | | **15.15-16.15** | | **1 час** | | **Прогулка** | **15.20-16.15** | | | **55 мин** |
| Полдник | | 16.15-16.35 | | 20 мин | | Полдник | 16.15-16.30 | | | 15 мин |
| Внеурочная деятельность | | 16.35-17.10 | | 35 мин | | Внеурочная деятельность | 16.30-17.10 | | | 40 мин |
| Перерыв | | 17.10 -17.20 | | 10 мин | | Перерыв | 17.10 -17.20 | | | 10 мин |
| Дополнительное образование | | 17.20-17.55 | | 35 мин | | Дополнительное образование | 17.20-18.00 | | | 40 мин |
| **Прогулка** | | **18.00-19.00** | | **1 час** | | **Прогулка** | **18.00-19.00** | | | **1 час** |
| Ужин 1 | | 19.00-19.20 | | 20 мин | | Ужин 1 | 19.00-19.20 | | | 20 мин |
| Своб. время,  **Прогулка**, уход за одеждой | | 19.20-20.20 | | **1 час** | | Своб. время,  **Прогулка**, уход за одеждой | 19.20-20.20 | | | **1 час** |
| Ужин 2 | | 20.20-20.30 | | 10 мин | | Ужин 2 | 20.20-20.30 | | | 10 мин |
| Вечерний туалет | | 20.30-20.45 | | 15 мин | | Вечерний туалет | 20.30-20.45 | | | 15 мин |
| Сон | | 20.45-06.45 | | 10 час. | | Сон | 20.45-06.45 | | | 10 час. |
|  | | | | | | | | | | |
| **2-3 классы** | | | | | **4 классы** | | | | | | |
| Подъем | 07.00 | | 10 ч сон | | Подъем | | | 07.00 | 10 ч сон | | |
| Зарядка | 07.00-07.15 | | 15 мин | | Зарядка | | | 07.00-07.15 | 15 мин | | |
| Уборка спален, туалет | 07.15-07.25 | | 10 мин | | Уборка спален, туалет | | | 07.15-07.25 | 10 мин | | |
| Завтрак | 07.25-07.45 | | 20 мин | | Завтрак | | | 07.25-07.45 | 20 мин | | |
| **Прогулка** | **07.45-08.15** | | **30 мин** | | **Прогулка** | | | **07.45-08.15** | **30 мин** | | |
| **1 урок** | 08.15-08.55 | | 40 мин | | **1 урок** | | | 08.15-08.55 | 40 мин | | |
| **Перемена Завтрак** | **08.55-09.10** | | **15 мин** | | **Перемена Завтрак** | | | **08.55-09.10** | **15 мин** | | |
| **2 урок** | 09.10-09.50 | | 40 мин | | **2 урок** | | | 09.10-09.50 | 40 мин | | |
| Перемена | 09.50- 10.00 | | 10 мин | | Перемена | | | 09.50- 10.00 | 10 мин | | |
| **3 урок** | 10.00-10.40 | | 40 мин | | **3 урок** | | | 10.00-10.40 | 40 мин | | |
| Перемена | **10.40-11.10** | | **30 мин** | | Перемена | | | 10.40-11.10 | **30 мин** | | |
| **4 урок** | 11.10-11.50 | | 40 мин | | **4 урок** | | | 11.10-11.50 | 40 мин | | |
| Перемена | 11.50-12.00 | | 10мин | | Перемена | | | 11.50-12.00 | 10мин | | |
| **5 урок** | 12.00-12.40 | | 40 мин | | **5 урок** | | | 12.00-12.40 | 40 мин | | |
| **Перемена, обед** | **12.40-13.00** | | **20 мин** | | **Перемена, обед** | | | **12.40-13.00** | **20 мин** | | |
| **6 урок/Прогулка** | **13.00-13.40** | | **40 мин** | | **6 урок/Прогулка** | | | **13.00-13.40** | **40 мин** | | |
| **Прогулка** | **13.40-14.10** | | **30 мин** | | **Прогулка** | | | **13.40-14.10** | **30 мин** | | |
| Внеурочная деятельность | 14.10-14.50 | | 40 мин | | Внеурочная деятельность | | | 14.10-14.50 | 40 мин | | |
| Перерыв | 14.50-15.00 | | 10 мин | | Перерыв | | | 14.50-15.00 | 10 мин | | |
| Внеурочная деятельность | 15.00-15.40 | | 40 мин | | Внеурочная деятельность | | | 15.00-15.40 | 40 мин | | |
| полдник | 15.40-16.00 | | 20 мин | | полдник | | | 15.40-16.00 | 20 мин | | |
| Самоподготовка | 16.00-17.30 | | 1,5 часа | | Самоподготовка | | | 16.00-18.00 | 2 часа | | |
| перерыв | 17.30-17.40 | | 10 мин | | **Прогулка** | | | **18.00-19.00** | **1 час** | | |
| Дополнительное образование/прогулка | 17.40- 18.20 | | 40 мин | | Ужин 1 | | | 19.00-19.20 | 20 мин | | |
| **Прогулка** | **18.20-19.20** | | **1 час** | | Дополнительное образование | | | 19.20-20.00 | 40 мин | | |
| Ужин 1 | 19.20-19.40 | | 20 мин | | Прогулка , Своб. время | | | 20.00-20.30 | 30 мин. | | |
| **Прогулка, вечерний туал., уход за одеждой Своб. время,** | **19.40-20.40** | | **1 час** | | Ужин 2 | | | 20.30-20.40 | 10 мин | | |
| Ужин 2 | 20.40-20.50 | | 10 мин | | Вечерний туалет , уход за одеждой Своб. время | | | 20.40-21.00 | 20 мин | | |
| Вечерний туалет | 20.50-21.00 | | 10 мин | | Сон | | | 21.00-7.00 | 10 час. | | |
| Сон | 21.00-7.00 | | 10 час. | |  | | |  |  | | |
|  |  | |  | |  | | |  |  | | |
|  |  | |  | |  | | |  |  | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5-6 классы** | | | **7-9 классы** | | |
| Подъем | 07.00 | 9 час сон | Подъем | 07.00 | 9 час сон |
| Зарядка | 07.00-07.15 | 15 мин | Зарядка | 07.00-07.15 | 15 мин |
| Уборка спален, туалет | 07.15-07.25 | 10 мин | Уборка спален, туалет | 07.15-07.25 | 10 мин |
| Завтрак | 07.25-07.45 | 20 мин | Завтрак | 07.25-07.45 | 20 мин |
| **Прогулка** | **07.45-08.15** | **30 мин** | **Прогулка** | **07.45-08.15** | **30 мин** |
| **1 урок** | 08.30-09.10 | 40 мин | **1 урок** | 08.30-09.10 | 40 мин |
| Перемена | 09.10-09.20 | 10 мин | Перемена | 09.10-09.20 | 10 мин |
| **2 урок** | 09.20-10.00 | 40 мин | **2 урок** | 09.20-10.00 | 40 мин |
| **Перемена Завтрак** | **10.00- 10.20** | **20 мин** | Перемена Завтрак | 10.00- 10.20 | 20 мин |
| **3 урок** | 10.20-11.00 | 40 мин | **3 урок** | 10.20-11.00 | 40 мин |
| Перемена | 11.00-11.20 | 20 мин | Перемена | 11.00-11.20 | 20 мин |
| **4 урок** | 11.20-12.00 | 40 мин | **4 урок** | 11.20-12.00 | 40 мин |
| Перемена | 12.00-12.10 | 10 мин | Перемена | 12.00-12.10 | 10 мин |
| **5 урок** | 12.10-12.50 | 40 мин | **5 урок** | 12.10-12.50 | 40 мин |
| Перемена | 12.50-13.00 | 10 мин | Перемена | 12.50-13.00 | 10 мин |
| **6 урок/Прогулка** | **13.00-13.40** | **40 мин** | **6 урок** | 13.00-13.40 | 40 мин |
| **Перемена Обед** | **13.40-14.00** | **20 мин** | **Перемена Обед** | **13.40-14.00** | **20 мин** |
| Внеурочная деятельность | 14.00-14.40 | 40 мин | **7 урок /Прогулка** | **14.00 -14.40** | **40 мин** |
| Перемена | 14.40-14.50 | 10 мин | Внеурочная деятельность | 14.40-15.20 | 40 мин |
| Внеурочная деятельность | 14.50-15.30 | 40 мин | Полдник | 15.20-15.35 | 15 мин |
| **полдник** | 15.30-15.45 | 15 мин | Самоподготовка | 15.35-18.05 | 2,5 часа |
| Самоподготовка | 15.45-17.45 | 2 часа | **Прогулка** | 18.05**-**19.05 | **1 час** |
| перерыв | 17.45-17.55 | 10 мин | Ужин 1 | 19.05-19.25 | 20 мин |
| Дополнительное образование/**прогулка** | 17.55- 18.35 | **40 мин** | Дополнительное образование | 19.25-20.05 | 40 мин |
| **Прогулка** | **18.35-19.35** | **1 час** | **Прогулка** | **20.05-21.05** | **1 час** |
| Ужин 1 | 19.35-19.55 | 20 мин | Ужин 2 | 21.05-21.15 | 10 мин |
| **Прогулка**, вечерний туал., уход за одеждой Своб. время, | 19.55-20.40 | **45 мин** | Вечерний туалет уход за одеждой Своб. время | 21.15-22.00 | 45 мин |
| Ужин 2 | 20.40-20.50 | 10 мин | Сон | 22.00-7.00 | 9 час. |
| Вечерний туалет | 20.50-22.00 | 10 мин |  |  |  |
| Сон | 22.00-7.00 | 9 час. |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Режим дня воспитанников ГОБОУ «АШИ № 4» на 2021-2022 учебный год**

**(суббота – воскресенье)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режимное мероприятие  Возраст | Продолжительность | | |
| 6,5 -8 лет | 9-11 лет | 12-18 лет |
| Подъем | 07.00-07.15 | 07.00-07.15 | 07.00-07.15 |
| Зарядка | 07.15-07.30 | 07.15-07.30 | 07.15-07.30 |
| Уборка спален, утренний туалет | 07.30-07.45 | 07.30-07.45 | 07.30-07.45 |
| Завтрак 1 | 07.45-08.00 | 07.45-08.00 | 07.45-08.00 |
| Свободное время, просмотр телепередач, мультфильмов | 08.00-08.45 | 08.00-08.45 | 08.00-08.45 |
| Подвижные игры, коммуникация | 08.45-10.00 | 08.45-10.00 | 08.45-10.00 |
| Завтрак 2 | 10.00-10.30 | 10.00-10.30 | 10.00-10.30 |
| Прогулка. Посещение внешкольных мероприятий | 10.30-12.30 | 10.30-12.30 | 10.30-12.30 |
| Обед | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 |
| Дневной сон | 13.00-14.30 | 13.00-14.30 |  |
| Свободное время, игры, коммуникация |  |  | 13.00-14.30 |
| Личная гигиена | 13.40-15.30 | 13.40-15.30 | 13.40-15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Внеклассное чтение, спортивные мероприятия | 15.40-16.40 | 15.40-16.40 | 15.40-16.40 |
| Свободное время/прогулка | 16.40-18.00 | 16.40-18.00 | 16.40-18.00 |
| Прогулка | 18.00-19.00 | 18.00-19.00 | 18.00-19.00 |
| Ужин 1 | 19.00-19.30 | 19.00-19.30 | 19.00-19.30 |
| Личная гигиена | 19.30-20.30 | 19.30-20.30 | 19.30-20.30 |
| Ужин 2 | 20.30-20.40 | 20.30-20.40 | 20.30-20.40 |
| Вечерний туалет, свободное время | 20.40-21.00 | 20.40-21.00 | 20.40-22.00 |
| Сон | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 22.00-07.00 |

**Режим работы**

**дошкольных групп ГОБОУ «АШИ № 4»**

**(понедельник-пятница)**

|  |  |
| --- | --- |
| Подъем, зарядка, гигиенические процедуры | 7.30–8.00 |
| Самостоятельная деятельность детей | 8.00–8.30 |
| I завтрак | 8.30 –9.00 |
| Образовательная деятельность по подгруппам | I подгруппа (3-4 лет) – 9.00 –9.55  II подгруппа (4-5 лет) – 9.00 –10.00  III подгруппа (5-6 лет) - 9.00 –10.00  IV подгруппа (6-7 лет) - 9.00 –10.10 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, просмотр мультфильмов коммуникация, фронтальная слуховая игра) | I подгруппа (3-4 лет) – 9.55 –10.30  II подгруппа (4-5 лет) –10.00 –10.30  III подгруппа (5-6 лет) -10.00 –10.30  IV подгруппа (6-7 лет) -10.10 –10.30 |
| II завтрак | 10.30 – 10.45 |
| Прогулка | 10.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 12.30 |
| Сон | 12.30 – 15.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, просмотр мультфильмов) | 15.00 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 16.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, труд) | I подгруппа (3-4 лет) – 16.00 –16.30  II подгруппа (4-5 лет) – 16.00 –16.30 |
| Образовательная деятельность | III подгруппа (5-6 лет) - 16.00 – 16.25  IV подгруппа (6-7 лет) - 16.00 –16.30 |
| Прогулка | 16.30 – 18.30 |
| I ужин | 18.30 – 19.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, рисование) | 19.00 – 20.00 |
| II ужин | 20.00 – 20.15 |
| Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей (игры, чтение) | 20.15 – 20.30 |
| Сон | 20.30 – 7.30 |

**Режим работы**

**дошкольных групп ГОБОУ «АШИ № 4»**

**(суббота, воскресенье)**

|  |  |
| --- | --- |
| Подъем, зарядка, гигиенические процедуры | 7.30 – 8.00 |
| Самостоятельная деятельность детей | 8.00 – 8.30 |
| I завтрак | 8.30 – 9.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, просмотр мультфильмов) | 9.00 – 10.30 |
| II завтрак | 10.30 –10.45 |
| Прогулка | 10.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 12.30 |
| Сон | 12.30 – 15.00 |
| Вечер досуга (спортивные соревнования) | 15.00 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 16.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры) | 16.00 – 16.30 |
| Прогулка | 16.30 – 18.30 |
| I ужин | 18.30 – 19.00 |
| Самостоятельная деятельность детей (игры, просмотр мультфильмов) | 19.00 – 20.00 |
| II ужин | 20.00 – 20.15 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры | 20.15 – 20.30 |
| Сон | 20.30 – 7.30 |