

"Балаларды мектепке дейінгі
тәрбиелеу мен оқыту объектілеріне
қойылатын санитариялық-
эпидемиологиялық талаптар"
санитариялық қағидаларына
10-қосымша, 3-кесте

Мектеп жасына дейінгі балаларға арналған үлгілік күн режимі

Режим компоненті	Жас ерекшелік топтары, жасы				
	2 – 3	3 – 4	4 – 5	5 – 6	6 – 7
1	2	3	4	5	6
Үйде (ұйқыдан тұру, дәретхана)	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30
Қабылдау, тексеріп-қарау, ойындар, таңертеңгі жаттығу	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.30
Таңғы ас	8.00 – 8.30	8.20 – 8.55	8.30 – 9.00	8.30 – 8.55	8.30 – 8.55
Ойындар, сабаққа дайындалу	8.30 – 9.00	8.55 – 9.20	9.00 – 9.15	8.55 – 9.10	8.55 – 9.10
Сабақтар (үзілістерді қоса алғанда)	9.00 – 9.30	9.20 – 10.00	9.15 – 10.00	9.10 – 10.10	9.10 – 11.00
Серуенге дайындық	9.30 – 9.50	10.00 – 10.20	10.00 – 10.20	10.10 – 10.30	11.00 – 11.15
Серуендеу	9.50 – 11.30	10.20 – 12.00	10.20 – 12.10	10.30 – 12.35	11.15 – 13.00
Серуеннен оралу	11.30 – 11.50	12.00 – 12.20	12.10 – 12.30	12.35 – 12.50	13.00 – 13.15
Түскі ас	11.50 – 12.30	12.20 – 13.00	12.30 – 13.00	12.50 – 13.20	13.15 – 13.35
Ұйқы	12.30 – 15.00	13.00 – 15.10	13.00 – 15.10	13.20 – 15.20	13.35 – 15.25
Біртіндеп тұру, ауа, су емшаралары	15.00 – 15.30	15.10 – 15.40	15.10 – 15.40	15.20 – 15.50	15.25 – 15.50
Бесін асы	15.30 – 16.00	15.40 – 16.00	15.40 – 16.00	15.50 – 16.10	15.50 – 16.05
Ойындар, өз бетінше жұмыс	16.00 – 16.20	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.10 – 16.40	
Серуенге дайындық	16.20 – 16.40	16.30 – 16.50	16.30 – 16.50	16.40 – 17.00	16.05 – 18.00
Серуендеу	16.40 – 18.00	16.50 – 18.00	16.50 – 18.00	17.00 – 18.00	
Серуеннен оралу	18.00 – 18.20	18.00 – 18.20	18.00 – 18.20	18.10 – 18.20	18.00 – 18.15

Кешкі ас	18.20 – 18.45	18.20 – 18.45	18.20 – 18.45	18.20 – 18.45	18.15 – 18.40
Балалардың үйге жіберілуі	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.40 – 19.00
Үйде					
Серуендеу	19.00 – 19.50	19.00 – 20.00	19.00 – 20.10	19.00 – 20.15	19.00 – 20.15
Тыныш ойындар, гигиеналық күтім	19.50 – 20.20	20.00 – 20.30	20.10 – 20.40	20.15 – 20.45	20.15 – 20.45
Жатқызу, түнгі ұйқы	20.00 – 6.30 (7.30)	20.30 – 6.30 (7.30)	20.40 – 6.30 (7.30)	20.45 – 6.30 (7.30)	20.45 – 6.30 (7.30)