

Принято
на Педагогическом совете
от 30.08.2022 г.

Утверждено
О.А.Загородняя
Приказ от 30.08.2022 г. № 03-ОС-ДО

Примерный режим дня в группах на 2022-2023 учебный год

Гибкий режим дня разновозрастная группа 3-5 лет (холодный период года)

№ п/п	Деятельность	Время
1.	Прием, самостоятельная деятельность, игровая деятельность	7.00 – 8.00
2.	Утренний круг	8.00 – 8.10
3.	Утренняя гимнастика	8.10 – 8.40
4.	Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.40 – 9.00
5.	Игры, кружки, занятия	9.00 – 10.30
6.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
7.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки	10.30 – 12.20
8.	Подготовка к обеду. Обед	12.20 – 12.50
9.	Подготовка ко сну. Сон	12.50 – 15.10
10.	Подъем, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.25
11.	Подготовка к ужину. Ужин	15.25 – 15.40
12.	Самостоятельная игровая деятельность детей	15.40 – 16.00
13.	Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	16.00 – 16.50
14.	Вечерний круг	16.50 – 17.00
15.	Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.20
16.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.20 – 19.00

Гибкий режим дня разновозрастная группа 5-7 лет (холодный период года)

№ п/п	Деятельность	Время
1	Прием, самостоятельная деятельность, игровая деятельность	7.00 – 8.00
2	Утренний круг	8.00 – 8.10
3	Утренняя гимнастика	8.10 – 8.30
4	Подготовка к завтраку. Завтрак. Дежурство	8.30 – 8.50
5	Игры, кружки, занятия	8.50 – 10.30
6	Второй завтрак	10.30 – 10.40
7	Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40 – 12.20
8	Возвращение с прогулки, игры, занятия	12.20 – 12.50
9	Подготовка к обеду. Обед. Дежурство	12.50 – 13.20
10	Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	13.20 – 15.10
11	Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10 – 15.30
12	Подготовка к ужину. Ужин	15.30 – 15.50
13	Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.50 – 16.00
14	Организованная образовательная деятельность	16.00 – 16.50
15	Вечерний круг	16.50 – 17.00
16	Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.20
17	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.20 – 19.00