**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 20»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МДОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.А. Борзова

«30» августа 2022 г.

**примерный Режим дня ДЛЯ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП**

2022-2023 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режимные моменты** | **2 группа раннего возраста**  **(1,5-3)** | **Группа младшего дошкольного возраста**  **(3-4)** | | **Группа среднего дошкольного возраста**  **(4-5)** | **Группа старшего дошкольного возраста**  **(5-6)** | **Группа старшего дошкольного возраста**  **(6-7(8))** |
| **«А»** | **«Б»** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 07:55 | 07:30 – 07:59 | 07:30 – 07:59 | 07:30 – 08:05 | 07:30 – 08:11 | 07:30 – 08:19 |
| Утренняя гимнастика | 07:55 – 07:59 (4 мин.) | 07:59 – 08:05  (6 мин.) | 07:59 – 08:05  (6 мин.) | 08:05 – 08:11  (6 мин.) | 08:11 – 08:19  (8 мин.) | 08:19 – 08:29  (10 мин.) |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:20* | *08:20* | *08:20* | *08:20* | *08:25* | *08:30* |
| Игровая деятельность | 07:59 – 08:15 | 08:05 – 08:25 | 08:05 – 08:25 | 08:11 – 08:25 | 08:19 – 08:30 | 08:29 – 08:45 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена | 08:15 – 08:25 | 08:25 – 08:30 | 08:25 – 08:30 | 08:25 – 08:30 |
| Завтрак | 08:25 – 08:45 (20 мин.) | 08:30 – 08:45  (15 мин.) | 08:30 – 08:45  (15 мин.) | 08:30 – 08:45  (15 мин.) | 08:30 – 08:45  (15 мин.) | 08:45 – 08:55  (10 мин.) |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 | 08:45 – 09:00 | 08:45 – 09:00 | 08:45 – 09:00 | 08:45 – 09:00 | 08:55 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:09  15:25 – 15:34 | 09:00 – 09:15  09:25 – 09:40 | 09:00 – 09:15  09:25 – 09:40 | 09:00 – 09:20  09:30 – 09:50 | 09:00 – 09:25  09:35 – 09:55 | 09:00 – 09:30  09:40 – 10:10  10:20 – 10:50 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:25* | *09:35* | *09:35* | *09:40* | *09:45* | *09:45* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:29 – 09:40 | 09:40 – 09:50 | 09:40 – 09:50 | 09:50 – 10:00 | 09:55 – 10:05 | 10:10 – 10:20  (во втором перерыве НОД) |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность)\* | 09:40 – 11:00 (1 ч. 20 мин.) | 09:50 – 11:35  (1 ч. 45 мин.) | 09:50 – 11:35  (1 ч. 45 мин.) | 10:00 – 11:50  (1 ч. 50 мин.) | 10:05 – 12:10  (2 ч. 05 мин.) | 10:50 – 12:20  (1 ч. 30 мин.) |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 11:00 – 11:30 | 11:35 – 12:00 | 11:35 – 12:00 | 11:50 – 12:10 | 12:10 – 12:25 | 12:20 – 12:35 |
| *выдача пищи (обед)* | *11:20* | *11:45* | *11:45* | *11:50* | *12:10* | *12:20* |
| Обед | 11:30 – 11:50 (20 мин.) | 12:00 – 12:20  (20 мин.) | 12:00 – 12:20  (20 мин.) | 12:10 – 12:30  (20 мин.) | 12:25 – 12:40  (15 мин.) | 12:35 – 12:50  (15 мин.) |
| Подготовка ко сну | 11:50 – 12:00 | 12:20 – 12:30 | 12:20 – 12:30 | 12:30 – 12:40 | 12:40 – 12:50 | 12:50 – 13:00 |
| Сон | 12:00 – 15:00 (3 ч.) | 12:30 – 15:00  (2 ч. 30 мин.) | 12:30 – 15:00  (2 ч. 30 мин.) | 12:40 – 15:00  (2 ч. 20 мин.) | 12:50 – 15:00  (2 ч. 10 мин.) | 13:00 – 15:00  (2 ч.) |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 | 15:00 – 15:25 | 15:00 – 15:25 | 15:00 – 15:25 | 15:00 – 15:25 | 15:00 – 15:25 |
| НОД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:34 | 15:25 – 15:40 | 15:25 – 15:40 | 15:25 – 15:45 | 15:25 – 15:50 | 15:25 – 15:55 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:35* | *15:40* | *15:40* | *15:45* | *15:50* | *15:55* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:34 – 15:55 (20 мин.) | 15:40 – 15:55  (15 мин.) | 15:40 – 15:55  (15 мин.) | 15:45 – 16:00  (15 мин.) | 15:50 – 16:05  (15 мин.) | 15:55 – 16:10  (15 мин.) |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 15:55 – 18:00 | 15:55 – 18:00 | 15:55 – 18:00 | 16:00 – 18:00 | 16:05 – 18:00 | 16:10 – 18:00 |

\*Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий.

**Режим дня**

2022-2023 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Группа раннего возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 07:55 |
| Утренняя гимнастика | 07:55 – 07:59 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:20* |
| Игровая деятельность | 07:59 – 08:15 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена | 08:15 – 08:25 |
| Завтрак | 08:25 – 08:45 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:09  15:25 – 15:34 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:25* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:29 – 09:40 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность)\* | 09:40 – 11:00 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 11:00 – 11:30 |
| *выдача пищи (обед)* | *11:20* |
| Обед | 11:30 – 11:50 |
| Подготовка ко сну | 11:50 – 12:00 |
| Сон | 12:00 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:34 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:35* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:34 – 15:55 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 15:55 – 18:00 |

\* Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий.

**Режим дня**

2022-2023 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Младшая группа «А»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 07:59 |
| Утренняя гимнастика | 07:59 – 08:05 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:20* |
| Игровая деятельность | 08:05 – 08:25 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена | 08:25 – 08:30 |
| Завтрак | 08:30 – 08:45 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:15  09:25 – 09:40 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:35* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:40 – 09:50 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность) \* | 09:50 – 11:35 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 11:35 – 12:00 |
| *выдача пищи (обед)* | *11:45* |
| Обед | 12:00 – 12:20 |
| Подготовка ко сну | 12:20 – 12:30 |
| Сон | 12:30 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:40 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:40* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:40 – 15:55 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 15:55 – 18:00 |

\*Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий

**Режим дня**

2022-2023 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Младшая группа «Б»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 07:59 |
| Утренняя гимнастика | 07:59 – 08:05 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:20* |
| Игровая деятельность | 08:05 – 08:25 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена | 08:25 – 08:30 |
| Завтрак | 08:30 – 08:45 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:15  09:25 – 09:40 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:35* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:40 – 09:50 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность) \* | 09:50 – 11:35 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 11:35 – 12:00 |
| *выдача пищи (обед)* | *11:45* |
| Обед | 12:00 – 12:20 |
| Подготовка ко сну | 12:20 – 12:30 |
| Сон | 12:30 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:40 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:40* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:40 – 15:55 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 15:55 – 18:00 |

\*Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий

**Режим дня**

2022-2023 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Средняя группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 08:05 |
| Утренняя гимнастика | 08:05 – 08:11 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:20* |
| Игровая деятельность | 08:11 – 08:25 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена | 08:25 – 08:30 |
| Завтрак | 08:30 – 08:45 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:20  09:30 – 09:50 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:40* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:50 – 10:00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность)\* | 10:00 – 11:50 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 11:50 – 12:10 |
| *выдача пищи (обед)* | *11:50* |
| Обед | 12:10 – 12:30 |
| Подготовка ко сну | 12:30 – 12:40 |
| Сон | 12:40 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:45 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:45* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:45 – 16:00 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 16:00 – 18:00 |

\* Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий.

**Режим дня**

2019-2020 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 08:11 |
| Утренняя гимнастика | 08:11 – 08:19 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:25* |
| Игровая деятельность | 08:19 – 08:30 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена |  |
| Завтрак | 08:30 – 08:45 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:45 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:25  09:35 – 09:55 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:45* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 09:55 – 10:05 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность)\* | 10:05 – 12:10 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 12:10 – 12:25 |
| *выдача пищи (обед)* | *12:10* |
| Обед | 12:25 – 12:40 |
| Подготовка ко сну | 12:40 – 12:50 |
| Сон | 12:50 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:50 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:50* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:50 – 16:05 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 16:05 – 18:00 |

\* Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий.

**Режим дня**

2019-2020 учебный год (на холодный период (с 01.09 по 31.05)

**Подготовительная группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, работа с родителями. Игровая и трудовая деятельность | 07:30 – 08:19 |
| Утренняя гимнастика | 08:19 – 08:29 |
| *выдача пищи (завтрак)* | *08:30* |
| Игровая деятельность | 08:29 – 08:45 |
| Подготовка к завтраку. Личная гигиена |  |
| Завтрак | 08:45 – 08:55 |
| Игры, подготовка к ООД | 08:55 – 09:00 |
| ООД (в соответствии с расписанием) | 09:00 – 09:30  09:40 – 10:10  10:20 – 10:50 |
| *выдача пищи (2-й завтрак)* | *09:45* |
| Подготовка, 2-й завтрак | 10:10 – 10:20  (во втором перерыве НОД) |
| Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдение, игры, самостоятельная деятельность)\* | 10:50 – 12:20 |
| Возвращение с прогулки, личная гигиена, подготовка к обеду | 12:20 – 12:35 |
| *выдача пищи (обед)* | *12:20* |
| Обед | 12:35 – 12:50 |
| Подготовка ко сну | 12:50 – 13:00 |
| Сон | 13:00 – 15:00 |
| Постепенный подъем, гимнастика после сна, личная гигиена | 15:00 – 15:25 |
| ООД. Развлечение. Чтение художественной литературы | 15:25 – 15:55 |
| *выдача пищи (полдник)* | *15:55* |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15:55 – 16:10 |
| Игровая деятельность, индивидуальная работа, вечерняя прогулка, работа с родителями. Уход детей домой | 16:10 – 18:00 |

\* Возможно, изменение времени прогулки для детей возрастных групп в зависимости от погодных условий.