

**Режим дня воспитанников на 2022-2023 учебный год**

Режимные процессы /характер деятельности	Подготовительная группа	Старшая группа	Средняя группа	2 гр. раннего возраста
	6–7 лет	5–6 лет	4–5 лет	1,5–3 года
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры	08:00–08:15	08:00–08:15	08:00–08:15	08:00–08:10
Утренняя гимнастика, в том числе на свежем воздухе (для старшего дошкольного возраста)	08:15–08:25	08:15–08:25	08:15–08:25	08:10–08:20
Гигиенические процедуры, самообслуживание	08:25–08:30	08:25–08:30	08:25–08:30	08:20–08:25
Подготовка к приему пищи, завтрак.	08:30–08:45	08:30–08:45	08:30–08:45	08:25–08:45
Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей (свободное время)	08:45–09:10	08:45–09:10	08:45–09:10	–
Совместная игровая деятельность педагога с детьми.	–	–	–	08:45-9.10
Организованная образовательная деятельность	09:10–11:00	09:10–10:45	09:00–10:00	09:10–09:20
Занятие № 1	09:10–09:40	09:10–09:35	09:10–09:30	09:10–09:20 09:20–09:30
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09:40–09:50	09:35–09:45	09:30–09:40	–
Занятие № 2	09:50–10:20	09:45–10:10	09:40–10:00	–
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой подвижности	10:20–10:30	10:10–10:20	–	–
Занятие № 3	10:30–11:00	10:20–10:45	–	–
Подготовка к приему пищи, прием пищи (второй завтрак)	11:00–11:10	10:45–10:55	10:00–10:10	09:30–09:55
Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	11:10–11:20	10:55–11:15	10:10–10:35	09:55–10:20
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	11:20–12:20	11:15– 12:15	10:35– 12:05	10:20– 11:20
в том числе игры средней и высокой подвижности	30 мин	30 мин	30 мин	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры,	12:20–12:30	12:15–12:25	12:05–12:15	11:20–11:30

самообслуживание				
Подготовка к приему пищи, прием пищи (обед)	12:30–12:50	12:25–12:45	12:15–12:35	11:30–12:00
Подготовка ко сну, дневной сон	12:50–15:00	12:45–15:00	12:35–15:00	12:00–15:00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15:00–15:10	15:00–15:10	15:00–15:10	15:00–15:10
в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА	10 мин	10 мин	5 мин	5 мин
Подготовка к приему пищи, прием пищи (полдник)	15:10–15:20	15:10–15:20	15:10–15:20	15:10–15:20
Организованная образовательная деятельность	Не предусмотрено	Не предусмотрено	Не предусмотрено	15:20–15.30 15:30–15.40
Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	15:20–15:30	15:20–15:30	15:20–15:30	15:40–15:50
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	15:30–16:15	15:30–16:15	15:30–16:15	15:50–16:10
в том числе, игры средней и высокой подвижности	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самообслуживание	16:15– 16.30	16:15– 16.30	16:15– 16.30	16:10–16.30
Подготовка к приему пищи, прием пищи (ужин)	16:30–16:50	16:30–16:50	16:30–16:50	16:30–17:00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность воспитанников в центрах активности, индивидуальная работа, уход домой из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	16:50–18.30	16:50–18.30	16:50–18.30	17:00–18.30