

Утвержден  
приказом директора  
МАОУ «Школа-сад№10»  
от 31 августа 2023 г.№684

### Режим дня первой младшей группы (с 1,5 года до 3-х лет)

<b>Холодный период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8,00	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей
8.00– 8.10	Утренняя гимнастика
8.05 – 8.30	Подготовка к завтраку. Завтрак
8.30 – 9.00	Самостоятельная деятельность детей
9.00 – 9.30	Непосредственно образовательная деятельность
9.30 – 09.50	Совместная, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
09.50 – 11.20	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность.
11.20 – 11.50	Подготовка к обеду, обед
11.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 – 15.30	Постепенный подъем, закаливающие мероприятия
15.30 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.00	Непосредственно образовательная деятельность
16.00 – 16.20	Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя и детей
16.20 – 16.50	Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. Уход домой
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 1 час 30 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 30 минут</i>

<b>Теплый период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 - 8.00	Утренний приём, самостоятельная игровая деятельность
8.00 - 8.05	Утренняя гимнастика
8.05 - 8.30	Подготовка к завтраку, завтрак
8.30 - 9.10	Совместная, самостоятельная игровая деятельность, подготовка к прогулке
9.10 - 11.20	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. НОД (на прогулке).
11.20 - 11.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры
11.40 - 12.00	Подготовка к обеду, обед
12.00 - 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00 - 15.30	Постепенный подъём, оздоровительная гимнастика
15.30 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 - 16.10	Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
16.10 - 16.35	Подготовка к ужину, ужин.
16.35 – 16.50	Подготовка к прогулке.
16.50 – 18.30	Прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
18.30 – 19.00	Уход детей домой, работа с родителями: беседы, консультации
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 2 часа 10 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 40 минут</i>

### Режим дня второй младшей группы (от 3-х до 4-х лет)

<b>Холодный период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Утренний прием, осмотр, самостоятельная игровая деятельность.
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.05 – 8.35	Подготовка к завтраку, завтрак
8.35 – 9.00	Самостоятельная деятельность детей
9.00 – 9.40	Непосредственно образовательная деятельность
9.40 – 10.00	Совместная, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
10.00 – 11.30	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность.
11.30 – 11.50	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей
15.20 – 15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30 – 16.20	Совместная, самостоятельная деятельность взрослого и ребёнка
16.20 – 16.50	Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. Уход домой
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 1 час 30 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 30 минут</i>

<b>Теплый период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 - 8.00	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (на улице)
8.00 - 8.05	Утренняя гимнастика (на улице)
8.05 - 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Самостоятельная игровая деятельность
9.00 – 9.10	Подготовка к прогулке
9.10- 11.30	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. НОД (на прогулке).
11.30 – 11.50	Приход с улицы, гигиенические процедуры
11.50 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 - 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.20 – 15.40	Полдник, подготовка к прогулке
15.40 – 16.20	Прогулка: индивидуальная работа, игры малой подвижности, самостоятельная деятельность.
16.20 – 16.50	Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.00	Подготовка к прогулке
17.00 – 18.30	Прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
18.30 – 19.00	Уход детей домой, работа с родителями: беседы, консультации
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 2 часа 20 минут Прогулка во 2 половину дня – 2 часа 10 минут</i>

### Режим дня средней группы (с 4-х до 5-ти лет)

<b>Холодный период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Утренний прием, осмотр, самостоятельная игровая деятельность.
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.08 – 8.35	Подготовка к завтраку, завтрак
8.35 – 9.00	Самостоятельная деятельность детей
9.00 – 9.50	Непосредственно образовательная деятельность
9.50 – 10.10	Совместная, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
10.10 – 11.40	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность.
11.40 – 12.00	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей
15.20 – 15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30 – 16.30	Совместная, самостоятельная деятельность взрослого и ребёнка
16.30 – 16.50	Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. Уход домой
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 1 час 30 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 30 минут</i>

<b>Теплый период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (на улице)
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика (на улице)
8.10 – 8.20	Игры, самостоятельная игровая деятельность
8.20 - 8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45 - 9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
9.10 – 11.50	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. НОД (на прогулке).
11.50 – 12.10	Приход с улицы, гигиенические процедуры
12.10 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 - 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.20 – 15.40	Полдник, подготовка к прогулке
15.40 – 16.30	Прогулка: индивидуальная работа, игры малой подвижности, самостоятельная деятельность.
16.30 – 17.00	Подготовка к ужину, ужин.
17.00 – 17.10	Подготовка к прогулке
17.10 – 18.30	Прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
18.30 – 19.00	Уход детей домой, работа с родителями: беседы, консультации
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 2 часа 40 минут Прогулка во 2 половину дня – 2 часа 10 минут</i>

### Режим дня старшей группы (с 5-ти до 6-ти лет)

<b>Холодный период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Утренний прием, осмотр, самостоятельная игровая деятельность.
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Самостоятельная деятельность детей
9.00 – 10.35	Непосредственно образовательная деятельность
10.35 – 10.50	Совместная, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
10.50 – 12.20	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность.
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду. Обед
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей
15.20 – 15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30 – 16.30	Совместная, самостоятельность деятельность взрослого и ребёнка
16.30 – 16.50	Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.30	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. Уход домой
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 1 час 30 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 30 минут</i>
<b>Теплый период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (на улице)
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика (на улице)
8.10 - 8.25	Игры, самостоятельная деятельность детей
8.25 – 8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45 - 9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
9.10 – 12.10	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. НОД ( на прогулке).
12.10-12.20	Приход с улицы, гигиенические процедуры
12.20 – 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 - 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.20 – 15.40	Полдник, подготовка к прогулке
15.40 – 16.40	Прогулка: индивидуальная работа, игры малой подвижности, самостоятельная деятельность.
16.40 – 17.05	Подготовка к ужину, ужин.
17.05 – 17.15	Подготовка к прогулке
17.15 – 18.30	Прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
18.30 – 19.00	Уход детей домой, работа с родителями: беседы, консультации
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 3 часа Прогулка во 2 половину дня – 2 часа 15 минут</i>

**Режим дня подготовительной к школе группы (от 6-ти до 7-ми/8-ми лет)**

<b>Холодный период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Утренний прием, осмотр, самостоятельная игровая деятельность.
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.35	Подготовка к завтраку, завтрак
8.35 – 9.00	Самостоятельная деятельность детей
9.00 – 11.10	Непосредственно образовательная деятельность
11.10 – 12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность.
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
12.30 – 12.50	Подготовка к обеду. Обед
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность детей
15.20 – 15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30 – 16.30	Совместная, самостоятельная деятельность взрослого и ребёнка
16.30 – 16.50	Подготовка к ужину, ужин.
16.50 – 17.10	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
17.10 – 19.00	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. Уход домой
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 1 час 10 минут Прогулка во 2 половину дня – 1 час 50 минут</i>
<b>Теплый период</b>	
<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность (на улице)
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика (на улице)
8.10 - 8.25	Игры, самостоятельная деятельность детей
8.25 – 8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45 - 9.10	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке
9.10 – 12.10	Прогулка. Самостоятельная двигательная деятельность. НОД ( на прогулке).
12.10-12.20	Приход с улицы, гигиенические процедуры
12.20 – 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 - 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры
15.20 – 15.40	Полдник, подготовка к прогулке
15.40 – 16.40	Прогулка: индивидуальная работа, игры малой подвижности, самостоятельная деятельность.
16.40 – 17.05	Подготовка к ужину, ужин.
17.05 – 17.15	Подготовка к прогулке
17.15 – 18.30	Прогулка. Совместная и самостоятельная деятельность воспитателя с детьми
18.30 – 19.00	Уход детей домой, работа с родителями: беседы, консультации
Итого:	<i>Прогулка в 1 половину дня – 3 часа Прогулка во 2 половину дня – 2 часа 15 минут</i>