УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в первой младшей группе № 1**

**(1,6 – 3 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренние гигиенические процедуры | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, осмотр, спокойные игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.10 – 8.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.20  (9.00 - 9.10 - перерыв) |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры | 10.00 – 11.20 |
| Обед | 11.40 - 12.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00 –15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры | 15.00 – 15.10 |
| Полдник | 15.10 - 15.20 |
| Организованная образовательная деятельность | 15.40 – 15.50 |
| Творческие игры, игры-экспериментирования | 15.50 – 16.00 |
| Ужин | 16.00 – 16.20 |
| Спокойные игры с дидактическим материалом | 16.20 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в первой младшей группе № 4**

**(2 – 3 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренние гигиенические процедуры | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, осмотр, спокойные игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.10 – 8.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.20  (9.00 - 9.10 - перерыв) |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры | 10.00 – 11.20 |
| Обед | 11.40 - 12.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00 –15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры | 15.00 – 15.10 |
| Полдник | 15.10 - 15.20 |
| Организованная образовательная деятельность | 15.40 – 15.50 |
| Творческие игры, игры-экспериментирования | 15.50 – 16.00 |
| Ужин | 16.00 – 16.20 |
| Спокойные игры с дидактическим материалом | 16.20 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в первой младшей группе № 2**

**(2 – 3 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренние гигиенические процедуры | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, осмотр, спокойные игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.10 – 8.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.20  (9.00 - 9.10 - перерыв) |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры | 10.00 – 11.20 |
| Обед | 11.40 - 12.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00 –15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры | 15.00 – 15.10 |
| Полдник | 15.10 - 15.20 |
| Организованная образовательная деятельность | 15.40 – 15.50 |
| Творческие игры, игры-экспериментирования | 15.50 – 16.00 |
| Ужин | 16.00 – 16.20 |
| Спокойные игры с дидактическим материалом | 16.20 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**во второй младшей группе № 3**

**(3 – 4 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** | |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** | |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 7.50 |
| Утренняя гимнастика  Подготовка к завтраку, игры | 7.50 – 8.00  8.00 - 8.20 |
| Завтрак | 8.20 – 8.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.30 |
| перерыв (подвижная, хороводная игра) | 9.05 - 9.15 |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9.50 - 11.50 |
| Обед | 11.50 - 12.20 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Свободная, самостоятельная деятельность, кружковая работа, игровая деятельность, досуги, развлечения | 15.30 - 16.00 |
| Ужин | 16.00 – 16.20 |
| Игровая, трудовая деятельность | 16.20 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 17.00 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30-6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**во второй младшей группе № 10**

**(3 – 4 года)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** | |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** | |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 7.50 |
| Утренняя гимнастика  Подготовка к завтраку, игры | 7.50 – 8.00  8.00 - 8.20 |
| Завтрак | 8.20 – 8.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.30 |
| перерыв (подвижная, хороводная игра) | 9.05 - 9.15 |
| Второй завтрак | 9.40 – 9.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 9.50 - 11.50 |
| Обед | 11.50 - 12.20 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Свободная, самостоятельная деятельность, кружковая работа, игровая деятельность, досуги, развлечения | 15.30 - 16.00 |
| Ужин | 16.00 – 16.20 |
| Игровая, трудовая деятельность | 16.20 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 17.00 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30-6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в средней группе № 6**

**(4 – 5 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.20 – 8.50 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.40 |
| Перерыв между занятиями (подвижная, хороводная игра) | 9.10 - 9.20 |
| Второй завтрак | 9.50 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00 - 12.00 |
| Обед | 12.05 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.35 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры, кружковая работа | 15.30 – 15.50 |
| Спокойные игры, трудовая деятельность | 15.50 - 16.05 |
| Ужин | 16.05 – 16.25 |
| Игровая самостоятельная и совместная деятельность | 16.25 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в средней группе № 12**

**(4 – 5 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.20 – 8.50 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.40 |
| Перерыв между занятиями (подвижная, хороводная игра) | 9.10 - 9.20 |
| Второй завтрак | 9.50 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00 - 12.00 |
| Обед | 12.05 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.35 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры, кружковая работа | 15.30 – 15.50 |
| Спокойные игры, трудовая деятельность | 15.50 - 16.05 |
| Ужин | 16.05 – 16.25 |
| Игровая самостоятельная и совместная деятельность | 16.25 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в средней группе № 7**

**(4 – 5 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 – 8.10 |
| Завтрак | 8.20 – 8.50 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.50 – 9.40 |
| Перерыв между занятиями (подвижная, хороводная игра) | 9.10 - 9.20 |
| Второй завтрак | 9.50 – 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00 - 12.00 |
| Обед | 12.05 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.35 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры, кружковая работа | 15.30 – 15.50 |
| Спокойные игры, трудовая деятельность | 15.50 - 16.05 |
| Ужин | 16.05 – 16.25 |
| Игровая самостоятельная и совместная деятельность | 16.25 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в старшей группе № 9**

**(5 – 6 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры, утренняя прогулка | 7.00 – 8.10 |
| Утренняя гимнастика | 8.10 – 8.20 |
| Завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.55 – 9.20 |
| Перерыв | 9.20 - 9.30 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.30 – 9.55 |
| Перерыв | 9.55 - 10.05 |
| Организованная образовательная деятельность | 10.05 - 10.30 |
| Второй завтрак | 9.55-10.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.30 - 12.10 |
| Обед | 12.10 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры-занятия, кружки, досуги | 15.30 – 16.00 |
| Ужин | 16.10 – 16.30 |
| Игровая деятельность детей | 16.30 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в старшей группе № 11**

**(5 – 6 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры, утренняя прогулка | 7.00 – 8.10 |
| Утренняя гимнастика | 8.10 – 8.20 |
| Завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Организованная образовательная деятельность | 8.55 – 9.20 |
| Перерыв | 9.20 - 9.30 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.30 – 9.55 |
| Перерыв | 9.55 - 10.05 |
| Организованная образовательная деятельность | 10.05 - 10.30 |
| Второй завтрак | 9.55-10.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.30 - 12.10 |
| Обед | 12.10 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Игры-занятия, кружки, досуги | 15.30 – 16.00 |
| Ужин | 16.10 – 16.30 |
| Игровая деятельность детей | 16.30 – 16.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.50 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в подготовительной к школе группе № 5**

**(6 – 7 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.20 – 8.30 |
| Завтрак | 8.30 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| Перерыв | 9.30 - 9.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.40 - 10.10 |
| Перерыв | 10.10 - 10.20 |
| Организованная образовательная деятельность | 10.20 - 10.50 |
| Второй завтрак | 10.10 - 10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.50 - 12.30 |
| Обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Творческие игры, кружковая работа, досуги, развлечения | 15.30 – 16.00 |
| Ужин | 16.20 – 16.40 |
| Развивающие игры, самостоятельная деятельность | 16.40 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 17.00 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 121»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Сулиманова

29 августа 2023 года

**Примерный режим дня**

**в подготовительной к школе группе № 8**

**(6 – 7 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| **Дома** |  |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 - 7.30 |
| **Детский сад** |  |
| Утренний прием, игры | 7.00 – 8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.20 – 8.30 |
| Завтрак | 8.30 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| Перерыв | 9.30 - 9.40 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.40 - 10.10 |
| Перерыв | 10.10 - 10.20 |
| Организованная образовательная деятельность | 10.20 - 10.50 |
| Второй завтрак | 10.10 - 10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.50 - 12.30 |
| Обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, сон | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные, гигиенические процедуры, полдник | 15.00 – 15.30 |
| Творческие игры, кружковая работа, досуги, развлечения | 15.30 – 16.00 |
| Ужин | 16.20 – 16.40 |
| Развивающие игры, самостоятельная деятельность | 16.40 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 17.00 – 18.30 |
| Игры, уход домой | 18.30 – 19.00 |
| **Дома** |  |
| прогулка | 18.30 - 19.30 |
| Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 19.30 - 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 - 6.30 (7.30) |