**Примерный режим дня с учетом расписания занятий**

**МКДОУ ЗАТО Знаменск ДС №2 «Теремок»**

**1 младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика | 7.00-8.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.20 |
| Самостоятельная деятельность | 8.20-9.00 |
| Занятия (по подгруппам) | 8.30-9.00 |
| Подготовка к прогулке | 9.00-9.20 |
| Прогулка | 9.20-11.20 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 11.20-11.45 |
| Обед | 11.45-12.20 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.20-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15-15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.25-15.45 |
| Занятия по подгруппам | 15.45-15.55-16.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.15 -16.45 |
| ужин | 16.50 -17.20 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность, уход домой | 17.30-19.00 |

**2 младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика | 7.00-7.50 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.20 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.25 – 8.45 |
| Занятия (общая деятельность) | 9.00-10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00-11.30 |
| Обед | 11.40-12.20 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.20-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00-15.10 |
| Полдник | 15.10-15.30 |
| Игры, досуг, кружки | 15.30-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-16.45 |
| ужин | 16.50 – 17.15 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность, уход домой | 17.20-19.00 |

**Средняя группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика | 7.00-7.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 7.50-8.30 |
| Подготовка к занятиям занятия (общая деятельность) | 8.45-9.00 |
| Занятия | 9.00- 10.00 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00-11.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.50-12.25 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.30-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.40 |
| Игры, самостоятельная художественная деятельность | 15.40-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-16.50 |
| Ужин | 16.55-17.20 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность, уход домой | 17.30-19.00 |

**Старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, дежурство | 7.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.40 |
| Игры, подготовка к занятиям; общая длительность занятий, включая перерывы | 8.40-10.45 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.50-11.50 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.30 |
| Дневной сон | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 -15.40 |
| Игры, труд, досуги, кружки | 16.00-16.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.30-17.10 |
| Ужин | 17.15 -17.35 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность, уход домой | 17.40-19.00 |

**Подготовительная к школе группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, дежурство | 7.00-8.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.35 |
| Игры, подготовка к занятиям | 8.35 – 8.45 |
| Общая длительность занятий, включая перерывы | 8.45 -11.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 11.05-12.05 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 -12.40 |
| Дневной сон | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры | 15.00-15.20 |
| Полдник | 15.25 – 15.40 |
| Игры, труд, досуги, кружки | 15.45- 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.30-17.15 |
| Ужин | 17.20 – 17.40 |
| Игры, совместная и самостоятельная деятельность, уход домой | 17.45 - 19.00 |