

«Принято»
на педагогическом совете
МБДОУ «ЦРР- д/с №22 «Алсу»
Протокол №1
от 31 августа 2022 г.



**Примерный режим дня
на 2022-2023 учебный год (на холодный период)**

| Режимные моменты | Вторая младшая | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| Утренний прием, осмотр, самостоятельная свободная игровая деятельность, утренняя прогулка (35 мин) | 06.30-08.10 | 06.30-08.10 | 06.30-08.10 | 06.30-08.10 |
| Утренняя гимнастика | 07.30-07.40 | 07.40-07.50 | 08.00-08.10 | 08.00-08.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство | 08.10-08.40 | 08.10-08.40 | 08.10-08.40 | 08.10-08.35 |
| Утренний круг | 08.40-08.50 | 08.40-08.50 | 08.40-09.00 | 08.35-08.50 |
| Партнерская образовательная деятельность педагога с детьми (по сетке), детей между собой, самостоятельная свободная деятельность детей. | 08.50-10.00 | 08.50-10.10 | 09.00-10.50 | 08.50-11.05 |
| Второй завтрак | 09.45 | 10.00 | 10.10 | 10.15 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка, включая самостоятельную, свободную деятельность детей | 10.00-11.30 | 10.10- 12.00 | 10.50- 12.10 | 11.05 - 12.15 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. | 11.30-11.45 | 12.00-12.15 | 12.10-12.15 | 12.15-12.20 |
| Подготовка к обеду, обед. | 11.45-12.15 | 12.15-12.45 | 12.15-12.45 | 12.20-12.45 |
| Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон | 12.15-15.00 | 12.45-15.15 | 12.45 -15.15 | 12.45-15.15 |
| Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.00-15.15 | 15.15-15.25 | 15.15 -15.20 | 15.15-15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.30 | 15.25-15.35 | 15.20-15.30 | 15.20-15.30 |
| Самостоятельная игровая, познавательно-исследовательская деятельность детей, самообслуживание, элементарно бытовой труд, общение, досуги, чтение художественной литературы, кружки. Подготовка к ужину | 15.25-16.30 | 15.35-16.30 | 15.30-16.30 | 15.30-16.30 |
| Ужин | 16.30-16.55 | 16.30-16.55 | 16.30-16.55 | 16.30-16.50 |
| Вечерний круг | 16.55-17.10 | 16.55-17.10 | 16.55-17.10 | 16.50-17.05 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка, включая самостоятельную, свободную игровую деятельность детей. Уход домой. | 17.10-18.30 | 17.10-18.30 | 17.10-18.30 | 17.05-18.30 |
| Прогулка | 3 ч 25 мин. | 3 ч 45 мин. | 3 ч 15 мин. | 3 часа |
| Сон | 2 ч 45 мин. | 2 ч 30 мин. | 2 ч 30 мин. | 2 ч 30 мин. |