



**Режим дня МБДОУ «Детский сад № 84 комбинированного вида» на 2022 – 2023 учебный год (тёплый период)**

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, осмотр, утренняя гимнастика	7.30-8.10	7.30 -8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.30
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.10-8.50</b>	<b>8.20 -8.50</b>	<b>8.20 – 8.50</b>	<b>8.30 – 9.00</b>
Игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры	8.50 – 9.10	8.50 -9.20	8.50 – 9.20	9.00 – 9.20
Подготовка к прогулке. Прогулка.	9.10-11.40	9.20 – 11.45	9.20 – 11.55	9.20 – 12.00
<b>Второй завтрак</b>	<b>10.15-10.25</b>	<b>10.15-10.25</b>	<b>10.15-10.25</b>	<b>10.30-10.45</b>
Возвращение с прогулки, игры, гигиенические процедуры	11.40 – 12.00	11.45 – 12.05	11.55 – 12.10	12.00 – 12.20
<b>Обед</b>	<b>12.00 -12.30</b>	<b>12.05 – 12.35</b>	<b>12.10 – 12.40</b>	<b>12.20 – 12.50</b>
Подготовка ко сну. Сон	12.30 – 15.00	12.35 – 15.00	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, оздоровительная гимнастика, закаливание. Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.00 – 15.30.	15.00 – 15.30.	15.00 – 15.50	15.00 – 15.50
Уплотнённый полдник.	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.50 -16.20	15.50 – 16.10
Гигиенические процедуры, подготовка к вечерней прогулке.	16.00 – 16.15	16.00- 16.15	16.20 – 16.35	16.10 – 16.25
Вечерняя прогулка, уход детей домой	16.15-18.00	16.15-18.00	16.35-18.00	16.25-18.00