

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
детского сада № 19 г. Пензы

Н.Воробьева
« _____ » _____ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ
ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА (1-2 ГОДА)**

Холодный период

Мероприятия	Время проведения
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45 – 8.55
Организованная детская деятельность, занятия (по подгруппам)	9.30-9.38 (1) 9.40-9.48 (2)
Второй завтрак	10.00 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	10.15 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная детская деятельность	16.00– 16.30
Организованная детская деятельность, занятия (по подгруппам)	16.30-16.38 (1) 16.40-16.48 (2)
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50 – 19.00

**РЕЖИМ ДНЯ
ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА (2-3 ГОДА)**

Холодный период

Мероприятия	Время проведения
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.45 – 9.30
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (по подгруппам)	9.30 – 9.40 (1) 9.40 – 9.50 (2)
Второй завтрак	10.00 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки	10.15 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная детская деятельность	16.00 – 16.30
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (по подгруппам)	16.30 – 16.40 (1) 16.40 – 16.50 (2)
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50 – 19.00

**РЕЖИМ ДНЯ
2-ОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ (3-4 ГОДА)**

Холодный период года

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.20
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (общая длительность, включая перерыв)	9.20 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность	10.15 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.15
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (гимнастика после сна)	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.55
Игры, самостоятельная деятельность	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

**РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЕЙ ГРУППЫ (4-5 ЛЕТ)**

Холодный период года

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 10.05
Второй завтрак	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность	10.15 – 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (гимнастика после сна)	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность, кружковая работа	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

**РЕЖИМ ДНЯ
СТАРШЕЙ ГРУППЫ (5-6 ЛЕТ)**

Холодный период

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 10.10
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность	10.20 – 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (гимнастика после сна)	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Организованная детская деятельность	15.40 – 16.05
Игры, самостоятельная деятельность, кружковая работа	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

**РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ (6-7 ЛЕТ)**

Холодный период года

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
Утренний прием, осмотр, спокойные игры	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.10
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами (общая длительность, включая перерыв)	9.15 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность	11.00 – 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры (гимнастика после сна)	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.55
Игры, самостоятельная деятельность, кружковая работа	16.00 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.30 – 19.00