

Утверждаю:

директор



Камашев Ю.И.

Принят на педагогическом совете

Протокол № 1 от 10.09.2022

## **Режим дня по возрастным группам**

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
«Енабердинская средняя общеобразовательная школа»  
дошкольная группа  
Менделеевского муниципального района  
Республики Татарстан  
на 2022-2023 учебный год**

**Примерный режим дня для первого младшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**Холодный период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные, групповые игры.	7.00-8.10	1ч. 10 мин
Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Самостоятельная деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.10 9.25-9.35	10 мин 15 мин перерыв 10 мин
Самостоятельная деятельность.	9.35.-10.00	25 мин
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-11.55	1ч 45 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.55-12.05	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00	2ч 30 мин
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин
Чтение художественной литературы	15.30-15.45	15 мин
Игры, уход детей домой	15.45-16.00	15 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	4 часа 50 мин	
Сон	2 часа 30 минут	
НОД	20 минут	
Прогулка	2 часа	

**Примерный режим дня для первого младшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**теплый период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные игры, самостоятельная деятельность детей на улице	7.00-8.15	1ч. 15 мин
Утренняя гимнастика	8.15-8.25	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки	8.25-8.45	20 мин
Совместная деятельность	8.45- 9.00	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений)	9.00- 10.00	1 час
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений )	10.10-11.30	1ч.20 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-11.50	20 мин
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.00	2ч 40 мин
Постепенный подъем водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин
Чтение художественной литературы	15.30-15.45	15 мин
Прогулка, уход детей домой	15.45-16.00	15 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 30 мин	
Сон	2 часа 40 мин	
НОД	-	

**Примерный режим дня для второго младшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**Холодный период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные, групповые игры.	7.00-8.10	1ч. 10 мин
Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.20-8.40	20 мин
Самостоятельная деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	20 мин
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25-9.40	15 мин 10 мин перерыв 15 мин
Самостоятельная деятельность.	9.40.-10.00	20 мин
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-11.55	1ч 45 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.55-12.05	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30	25 мин
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00	2ч 30 мин
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин
Чтение художественной литературы	15.30-15.45	15 мин
Игры, уход детей домой	15.45-16.00	15 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	3 часа 55 мин	
Сон	2 часа 35 минут	
НОД	30 минут	
Прогулка	2 часа	

**Примерный режим дня во второго младшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**теплый период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные игры, самостоятельная деятельность детей на улице	7.00-8.15	1ч. 15 мин
Утренняя гимнастика	8.15-8.25	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки	8.25-8.45	20 мин
Совместная деятельность	8.45- 9.00	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений)	9.00- 10.00	1 час
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.00-10.10	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений )	10.10-11.30	1ч.20 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-11.50	20 мин
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.20-15.00	2ч 40 мин
Постепенный подъем водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин
Чтение художественной литературы	15.30-15.45	15 мин
Прогулка, уход детей домой	15.45-16.00	15 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 30 мин	
Сон	2 часа 40 мин	
НОД	-	

**Примерный режим дня для среднего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**Холодный период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные, групповые игры.	7.00-8.00	на улице 1 час
Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика	8.00-8.10	на улице 10 мин
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.10-8.30	20 мин
Самостоятельная деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.30-9.00	30 мин
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20 9.40-10.00 10.20-10.40	20 мин 20 мин перерыв 20 мин 20 мин перерыв 20 мин
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.40-11.00	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.25	1 ч 25 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.25-12.35	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.35-12.55	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.55-14.55	2 часа
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.55-15.05	10 мин
Полдник	15.05-15.15	10 мин
Организованная образовательная деятельность или чтение художественной литературы	15.15-15.40	25 мин
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	15.40-16.00	20 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	3 часа 65 мин	
Сон	2 часа	
НОД	Первая половина дня 40 мин; Вторая половина дня – 20 мин (пон. вт.)	
Прогулка	2 ч. 35 мин	

**Примерный режим дня для среднего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**теплый период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные игры, самостоятельная деятельность детей на улице.	7.00-8.20	1 ч. 20 мин
Утренняя гимнастика на улице	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки	8.30-9.00	30 мин
Чтение художественной литературы	9.00- 9.20	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений)	9.20-10.20	1 час
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.35	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений )	10.35-12.00	1 ч.25 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.00	2 ч 15 мин
Постепенный подъем водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин
Самостоятельная деятельность детей на участке, уход детей домой	15.30-16.00	30 мин

Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 20 мин
Сон	2 часа 15 мин
НОД	-
Прогулка	4 часа 25 мин

**Примерный режим дня для старшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**Холодный период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные, групповые игры.	7.00-8.00	на улице 1 час
Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика	8.00-8.10	на улице 10 мин
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.10-8.30	20 мин
Самостоятельная деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.30-9.00	30 мин
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.25 9.40-10.05 10.20.-10.45	25 мин 15 мин перерыв 25 мин 15 мин перерыв 25 мин
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.45-11.00	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.25	1 ч 25 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.25-12.35	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.35-12.55	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.55-14.55	2 часа
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.55-15.05	10 мин
Полдник	15.05-15-15	10 мин
Организованная образовательная деятельность или чтение художественной литературы	15.15-15.40	25 мин
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	15.40-16.00	20 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	3 часа 50 мин	
Сон	2 часа	
НОД	Первая половина дня 50 мин; Вторая половина дня – 25 мин (пон. вт. ср. чт.)	
Прогулка	2 ч. 35 мин	

**Примерный режим дня для старшего возраста с 9 часовым пребыванием**  
**теплый период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные игры, самостоятельная деятельность детей на улице.	7.00-8.20	1 ч. 20 мин
Утренняя гимнастика на улице	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки	8.30-9.00	30 мин
Чтение художественной литературы	9.00- 9.20	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений)	9.20-10.20	1 час
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.35	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений )	10.35-12.00	1 ч.25 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.00	2 ч 15 мин
Постепенный подъем водные процедуры	15.00-15.15	15 мин
Полдник	15.15-15.30	15 мин

Самостоятельная деятельность детей на участке, уход детей домой	15.30-16.00	30 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 20 мин	
Сон	2 часа 15 мин	
НОД	-	
Прогулка	4 часа 25 мин	

**Примерный режим дня для подготовительного к школе возраста с 9 часовым пребыванием**  
**Холодный период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные, групповые игры.	7.00-8.00	на улице 1 час
Подготовка к утренней гимнастике, утренняя гимнастика	8.00-8.10	на улице 10 мин
Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, завтрак	8.10-8.30	20 мин
Самостоятельная деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.30-9.00	30 мин
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20.-10.50	30 мин 10 мин перерыв 30 мин 10 мин перерыв 30 мин
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.50-11.00	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.25	1ч 25 мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.25-12.35	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.35-12.55	20 мин
Подготовка ко сну, сон	12.55-14.55	2 часа
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	14.55-15.05	10 мин
Полдник	15.05-15.15	10 мин
Организованная образовательная деятельность или чтение художественной литературы	15.15-15.45	30 мин
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	15.45-16.00	15 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 55 мин	
Сон	2 часа	
НОД	Первая половина дня 1ч.30 мин; Вторая половина дня – 30 мин (пон. ст. ср. чт. пт.)	
Прогулка	2 ч. 35 мин	

**Примерный режим дня для подготовительного к школе возраста с 9 часовым пребыванием**  
**теплый период года**

Содержание деятельности	Время	Длительность
Прием, осмотр, индивидуальные игры, самостоятельная деятельность детей на улице.	7.00-8.20	1ч. 20 мин
Утренняя гимнастика на улице	8.20-8.30	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак, культурно-гигиенические навыки	8.30-9.00	30 мин
Чтение художественной литературы	9.00- 9.20	20 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений)	9.20-10.20	1 час
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.35	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (труд, развитие движений )	10.35-12.00	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.15	15 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	30 мин
Подготовка ко сну, сон	12.45-15.00	2ч 15 мин
Постепенный подъем водные процедуры	15.00-15.15	15 мин

Полдник	15.15-15.30	15 мин
Самостоятельная деятельность детей на участке, уход детей домой	15.30-16.00	30 мин
Всего: В режимных моментах, самостоятельная и совместная деятельность	2 часа 20 мин	
Сон	2 часа 15 мин	
НОД	-	
Прогулка	4 часа 25 мин	