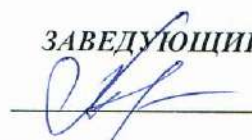


УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ ДСОВ №22

 Т.Ю. МАРМИЛОВА

Режим дня

группа среднего возраста «Непоседы»

7.30-8.00 прием детей,
8.00-8.20 утренний круг (беседы о плане на день)
8.10-8.20 утренняя гимнастика
8.20-8.50 подготовка к завтраку, завтрак, дежурство
8.50-10.10 свободная игровая деятельность,
занятия, игры, занятия со специалистами, занятия по
подгруппам
10.10- 10.20 второй завтрак
10.20-11.50 подготовка к прогулке, прогулка
11.50-12.10 возвращение с прогулки, гигиенические
процедуры
12.10 -12.35 обед
12.35-15.05 подготовка ко сну, дневной сон
15.05-15.15 постепенный подъем, здоровьесберегающие
процедуры, зарядка после сна
15.20-15.40 подготовка к полднику, полдник
15.40-16.20 кружковая работа по интересам, игры,
самостоятельная свободная игровая деятельность
16.20-16.30 вечерний круг, рефлексия
16.30-17.30 подготовка к прогулке прогулка, уход детей
домой.

*После ухода из детского сада. Рекомендации дома: прогулка
подвижные игры, беседы, ужины, спокойные игры, гигиенические
процедуры 17.30–20.30. Подготовка ко сну, ночной сон 20.30 – 6.30
–7.30*

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ ДСОВ №22

Т.Ю. МАРМИЛОВА



Режим дня

группа старшего возраста «Теремок»

7.30-8.00 прием детей, самостоятельная деятельность
8.00-8.10 утренняя гимнастика,
8.10-8.30 беседы, утренний круг,
8.30-8.50 подготовка к завтраку, завтрак
8.50-10.35 свободная игровая деятельность,
занятия, игры, занятия со специалистами, занятия по
подгруппам
10.00- 10.10 второй завтрак
10.40-12.20 подготовка к прогулке, прогулка
12.20 -12.45 подготовка к обеду, обед
12.45-15.05 подготовка ко сну, дневной сон
15.05-15.15 постепенный подъем, здоровьесберегающие
процедуры, зарядка после сна
15.20-15.40 подготовка к полднику, полдник
15.40-16.20 занятия, кружковая работа, игры по интересам
16.20-16.30 вечерний круг, рефлексия
16.30-17.30 подготовка к прогулке, прогулка, уход детей
домой

*После ухода из детского сада. Рекомендации дома: прогулка подвижные
игры, беседы, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры 17.30–20.30.
Подготовка ко сну, ночной сон 20.30 – 6.30 – 7.30*

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ ДСОВ №22

Т.Ю. МАРМИЛОВА

Режим дня

подготовительная группа «Радуга»

7.30-8.00 прием детей, самостоятельная деятельность
8.00-8.20 беседы, утренний круг,
8.20-8.30 утренняя гимнастика,
8.30-8.50 подготовка к завтраку, завтрак
8.50-10.40 свободная игровая деятельность,
занятия, игры, занятия со специалистами, занятия по
подгруппам
10.00- 10.10 второй завтрак
10.40-12.30 подготовка к прогулке, прогулка
12.30 -13.00 подготовка к обеду, обед
13.00-15.00 подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.15 постепенный подъем, зарядка
15.15-15.50 подготовка к полднику, полдник
15.50-16.30 занятия, кружковая работа, игры по интересам,
свободная игровая деятельность
16.30-16.45 вечерний круг, рефлексия
16.30-17.30 подготовка к прогулке, прогулка, уход детей
домой

*После ухода из детского сада. Рекомендации дома: прогулка подвижные
игры, беседы, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры 17.30–20.30.
Подготовка ко сну, ночной сон 20.30 – 6.30 –7.30*