



«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа №22»  
Е.В.Цуканова  
«17» сентября 2023г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в средней группе общеразвивающей направленности**  
**для детей 3-4 лет**  
**на 2023-2024 учебный год**

<i>ДОМА</i>	
Подъем, утренний туалет	<b>6.30-7.30</b>
<i>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</i>	
Прием детей, игры, утренняя разминка	<b>7.00-8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.20-8.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность	<b>8.50-9.00</b>
Образовательная деятельность	<b>9.00-10.00</b>
Витаминный завтрак-соки или фрукты	<b>10.00-10.10</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	<b>10.10-12.00</b>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	<b>12.10-12.20</b>
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	<b>12.20-12.45</b>
Дневной сон	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность. Полдник	<b>15.15-15.30</b>
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	<b>15.30-16.30</b>
Подготовка к ужину, ужин	<b>16.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.50-18.30</b>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	<b>18.30-19.00</b>
<i>ДОМА</i>	
Прогулка	<b>19.00-20.00</b>
Легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	<b>20.00-21.00</b>
Ночной сон	<b>21.00-6.30</b> <b>(7.30)</b>



«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа №22»  
Е.В.Цуканова  
«1» сентября 2023г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в старшей группе общеразвивающей направленности**  
**для детей 4-5 лет**  
**на 2023-2024 учебный год**

<i><b>ДОМА</b></i>	
Подъем, утренний туалет	<b>6.30-7.30</b>
<i><b>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</b></i>	
Прием детей, игры, утренняя разминка	<b>7.00-8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность	<b>8.50-9.00</b>
Образовательная деятельность	<b>9.00-10.45</b>
Витаминный завтрак-соки или фрукты	<b>10.00-10.10</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	<b>10.35-12.00</b>
Возвращение с прогулки. Игры, самостоятельная деятельность	<b>12.00-12.15</b>
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	<b>12.15-12.45</b>
Дневной сон	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность. Полдник.	<b>15.15-15.30</b>
Игры, самостоятельная и образовательная деятельность	<b>15.30-16.30</b>
Подготовка к ужину, ужин	<b>16.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.50-18.30</b>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	<b>18.30-19.00</b>
<i><b>ДОМА</b></i>	
Прогулка	<b>19.00-20.00</b>
Легкий ужин, спокойные игры. Гигиенические процедуры	<b>20.00-21.00</b>
Ночной сон	<b>21.00-6.30</b> <b>(7.30)</b>



«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа №22»  
Е.В.Цуканова  
«15» сентября 2023г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в разновозрастной группе общеразвивающей направленности**  
**для детей 5-7 лет**  
**на 2023-2024 учебный год**

<i>ДОМА</i>	
Подъем, утренний туалет	<b>6.30-7.30</b>
<b><i>В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ</i></b>	
Прием детей, игры, утренняя разминка, самостоятельная деятельность, дежурство	<b>7.00-8.20</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Игры, самостоятельная деятельность	<b>8.50-9.00</b>
Образовательная деятельность, самостоятельная деятельность	<b>9.00-11.00</b>
Витаминный завтрак-соки или фрукты.	<b>10.10-10.20</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	<b>11.00-12.20</b>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	<b>12.20-12.30</b>
Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну	<b>12.30-12.45</b>
Дневной сон.	<b>12.45-15.15</b>
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность. Полдник.	<b>15.15-15.30</b>
Игры, самостоятельная и образовательная деятельность детей	<b>15.30-16.30</b>
Подготовка к ужину, ужин	<b>16.30-16.50</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>16.50-18.40</b>
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	<b>18.40-19.00</b>
<b><i>ДОМА</i></b>	
Прогулка	<b>19.00-20.00</b>
Легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	<b>20.00-21.00</b>
Ночной сон	<b>21.00-6.30 (7.30)</b>