

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр» п.г.т.
Смышляевка
муниципального района Волжский Самарской области
структурное подразделение «Детский сад «Янтарик»

Примерный режим дня
Для всех возрастных групп

Примерный режим дня 1 младшая группа «Солнышко»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.10-9.30
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.30-11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.10
Игры, чтение художественной литературы	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 1 младшая группа «Лучики»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.10-9.30
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.30-11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.10
Игры, чтение художественной литературы	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 2 младшая группа «Лунтики»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, физ. минутки, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность	9.00-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Игры, чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 2 младшая группа «Капельки»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, физ. минутки, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность	9.00-9.50
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Игры, чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 2 младшая группа «Звездочки»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, физ. минутки, артикуляционная гимнастика, самостоятельная дея-ть	9.00-9.50
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Игры, чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 2 младшая группа «Фантазеры»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, физ. минутки, артикуляционная гимнастика, самостоятельная дея-ть	9.00-9.50
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Игры, чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня 2 младшая группа «Янтарята»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность, физ. минутки, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность	9.00-9.50
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Игры, чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30 -17.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня средняя группа «Комета»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность, физ. минутки и тд.)	9.00-9.55
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.00-10.20)	9.55-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня средняя группа «Спутник»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность, физ. минутки и тд.)	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.00-10.20)	10.00-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня средняя группа «Созвездие»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность, физ. минутки и тд.)	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.20-10.40)	10.00-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня средняя группа «Галактика»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность, физ. минутки и тд.)	9.00-9.55
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.20-10.40)	9.55-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня средняя группа «Орбита»
Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность)	9.00-9.55
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.20-10.40)	9.55-12.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня старшая группа «Марсиане»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.30-10.55)	10.00-12.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.25-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня старшая группа «Земляне»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (игры, самостоятельная деятельность)	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) (3-е физкультурное занятие на прогулке 10.30-10.55)	10.00-12.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность	16.00-16.10
Чтение художественной литературы	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня старшая группа «Космонавты»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.20
(3-е физкультурное занятие на прогулке 10.30-10.55)	
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.25-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня старшая компенсирующая группа «Астрономы»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.20
(3-е физкультурное занятие на прогулке) 10.30-10-55	
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.15-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, уход домой	18.00-19.00

Примерный режим дня подготовительная группа «Восток»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (3-е физкультурное занятие на прогулке) 10.30-11.00	9.00-10.10
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, самостоятельная деятельность	18.00-18.20
Прогулка, уход домой	18.20-19.00

Примерный режим дня подготовительная группа «Союз»

Холодный период года

В дошкольном учреждении	
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность (3-е физкультурное занятие на прогулке) 10.30-11.00	9.00-10.10
2-ой завтрак, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.20
Возвращение с прогулки, словесные игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
НОД	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.30-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Игры, самостоятельная деятельность	18.00-18.20
Прогулка, уход домой	18.20-19.00