

Принято:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ г Кургана
«Прогимназия № 63»
Т.А. Евдокимова
Приказ № 83 от «30» августа 2023 г.



Режим дня (холодный период)

Корпус № 2

1 младшая группа № 11

Время	Режимные моменты
07.00 - 07.50	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
7.50 - 08.00	Ежедневная утренняя гимнастика
08.00 - 08.20	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.20 - 08.40	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.40 - 9.10	Занятие
9.10 - 9.40	Игры, самостоятельная деятельность в центрах детской активности
9.40 - 10.00	Второй завтрак.
10.00 - 11.00	Подготовка к прогулке, прогулка
11.00 - 11.30	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
11.30 - 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 - 16.00	Чтение художественной литературы, игры
16.00 - 16.20	Углубленный полдник
16.20 - 17.10	Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность
17.10 - 17.20	Вечерний круг.
17.20 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

1 младшая группа № 10

Время	Режимные моменты
07.00 - 07.55	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
7.55 - 08.05	Ежедневная утренняя гимнастика
08.05 - 08.25	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.25 - 08.45	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.45 - 09.50	Занятие
09.50 - 10.05	Второй завтрак.
10.05 - 11.05	Подготовка к прогулке, прогулка
11.05 - 11.35	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
11.35 - 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 - 16.05	Чтение художественной литературы, игры
16.05 - 16.25	Углубленный полдник
16.25 - 17.15	Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность
17.15 - 17.25	Вечерний круг.
17.25 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

1 младшая группа № 7

Время	Режимные моменты
07.00 – 07.50	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Ежедневная утренняя гимнастика
08.00 - 08.10	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.10 - 08.30	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.30 – 09.40	Занятие
09.40 - 10.00	Второй завтрак.
10.00 - 11.10	Подготовка к прогулке, прогулка
11.10 - 11.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
11.40 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 – 16.10	Чтение художественной литературы, игры
16.10 – 16.30	Углубленный полдник
16.30 – 17.15	Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность
17.15 – 17.25	Вечерний круг.
17.25 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

2 младшая группа № 8

Время	Режимные моменты
07.00 - 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
08.00 - 08.10	Ежедневная утренняя гимнастика
08.10 - 08.35	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.35 – 08.50	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.50 – 10.05	Занятие
10.05 – 10.20	Второй завтрак.
10.20 - 11.10	Подготовка к прогулке, прогулка
11.05 - 11.45	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
11.45 - 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 – 16.15	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность
16.15 – 16.35	Углубленный полдник
16.35 – 17.20	Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность
17.20 – 17.30	Вечерний круг.
17.30 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

1 младшая группа № 9

Время	Режимные моменты
07.00 – 07.50	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
07.50 - 08.00	Ежедневная утренняя гимнастика
08.00 – 08.10	Утренний круг.
08.10 - 08.30	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.30 – 09.45	Занятие
09.45 – 10.00	Второй завтрак.
10.00 - 11.10	Подготовка к прогулке, прогулка
11.10 - 11.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
11.50 - 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 – 16.20	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность
16.20 – 16.40	Углубленный полдник
16.40 – 17.20	Индивидуальная работа, самостоятельная деятельность
17.20 – 17.30	Вечерний круг.
17.30 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Средняя группа № 12

Время	Режимные моменты
07.00 - 07.45	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
07.45 – 07.55	Ежедневная утренняя гимнастика
07.55 – 08.20	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа
08.20 - 08.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.45 – 10.00	Занятие
10.00 – 10.15	Второй завтрак.
10.15 – 11.50	Подготовка к прогулке, прогулка
11.50 - 12.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
12.25 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 - 16.25	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность.
16.25 – 16.45	Углубленный полдник
16.45 – 17.25	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
17.25 -17.35	Вечерний круг
17.35 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Средняя группа № 16

Время	Режимные моменты
07.00 - 07.45	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
07.45 – 07.55	Ежедневная утренняя гимнастика
07.55 – 08.20	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа
08.20 - 08.40	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.40 – 10.00	Занятие
10.00 – 10.15	Второй завтрак.
10.15 – 11.55	Подготовка к прогулке, прогулка
11.55 - 12.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
12.25 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20 - 16.30	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность.
16.30 – 16.50	Углубленный полдник
16.50 – 17.30	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
17.30 -17.40	Вечерний круг
17.40 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Старшая группа № 17

Время	Режимные моменты
07.00 - 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
08.00 - 08.10	Ежедневная утренняя гимнастика
08.10 - 08.25	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.25 - 08.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.45 – 09.45	Занятие
09.45 – 10.05	Второй завтрак
10.05 – 11.10	Занятие
11.10 - 12.05	Подготовка к прогулке, прогулка
12.05 - 12.35	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед
12.35 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.10	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.10- 16.10	Занятие
16.10 – 16.40	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность.
16.35 – 16.55	Углубленный полдник
16.55 – 17.35	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
17.35 – 17.45	Вечерний круг
17.45 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Старшая группа № 18

Время	Режимные моменты
07.00 - 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
08.00 - 08.10	Ежедневная утренняя гимнастика
08.10 - 08.25	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.25 - 08.40	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.40 – 09.45	Занятие
09.45 – 10.00	Второй завтрак
10.00 – 10.25	Занятие
10.25 - 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка
12.10 - 12.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.10	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.10- 15.35	Занятие
15.35 – 16.40	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность.
16.40 – 17.00	Углубленный полдник
17.00 – 17.40	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
17.40 – 17.50	Вечерний круг
17.50 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Старшая группа № 19

Время	Режимные моменты
07.00 - 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность
08.00 - 08.10	Ежедневная утренняя гимнастика
08.10 - 08.25	Утренний круг. Игры, самостоятельная деятельность
08.25 - 08.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.45 – 09.55	Занятие
09.55 – 10.10	Второй завтрак
10.10 – 11.05	Занятие
11.05 - 12.15	Подготовка к прогулке, прогулка
12.15 - 12.45	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед
12.45 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.10	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.10 – 15.45	Индивидуальная работа, игры
15.45- 16.10	Занятие
16.10 – 16.45	Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность.
16.45 – 17.05	Углубленный полдник
17.05 – 17.35	Игры в центрах детской активности
17.35 – 17.50	Вечерний круг
17.50 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Подготовительная группа № 13

Время	Режимные моменты
07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность.
08.00 – 08.15	Утренний круг
08.15 - 08.25	Ежедневная утренняя гимнастика
08.25 –08.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.45 – 09.40	Занятие
09.40 – 09.55	Второй завтрак
09.55 -11.20	Занятие
11.20 - 12.20	Подготовка к прогулке, прогулка
12.20 – 13.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
13.00 – 13.10	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.
13.10 - 15.00	Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20- 16.00	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
16.00 – 16.30	Чтение художественной литературы
16.30 – 16.50	Игры в центрах детской активности.
16.50– 17.10	Углубленный полдник
17.10 – 17.40	Игры в центрах детской активности
17.40 – 17.55	Вечерний круг
17.55 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Подготовительная группа № 14

Время	Режимные моменты
07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность.
08.00 – 08.15	Утренний круг
08.15 - 08.25	Ежедневная утренняя гимнастика
08.25 –08.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
08.45 – 09.50	Занятие
09.50 – 10.10	Второй завтрак
10.10 -11.10	Занятие
11.10 - 12.25	Подготовка к прогулке, прогулка
12.25 – 13.05	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
13.05 – 13.15	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.
13.15 - 15.00	Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20- 16.00	Индивидуальная работа, игры в центрах детской активности
16.00 – 16.30	Чтение художественной литературы
16.30 – 16.55	Игры в центрах детской активности.
16.55– 17.15	Углубленный полдник
17.15 – 17.40	Игры в центрах детской активности
17.40 – 17.55	Вечерний круг
17.55 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.

Подготовительная группа № 15

Время	Режимные моменты
07.00 – 08.00	Прием детей, осмотр, совместная и самостоятельная деятельность.
08.00 – 08.15	Утренний круг
08.15 - 08.25	Ежедневная утренняя гимнастика
08.25 – 09.45	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак
09.45 - 09.00	Самостоятельная деятельность
09.00 – 09.30	Занятие
09.30 – 09.55	Второй завтрак
09.55 -11.20	Занятие
11.20 - 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка
12.30 – 13.10	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры Подготовка к обеду, обед
13.10 – 15.00	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон
15.00 - 15.20	Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения, закаливающие и гигиенические процедуры
15.20- 16.00	Чтение художественной литературы, игры в центрах детской активности.
16.00 – 16.30	Индивидуальная работа
16.30 - 17.00	Игры в центрах детской активности.
17.00– 17.20	Углубленный полдник
17.20 – 17.45	Игры в центрах детской активности
17.45 – 17.55	Вечерний круг
17.55 - 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.