



Утверждаю
Директор MAOU
«Прогимназия
Олимпионик»
К. А. Афанасьева
Приказ № 87 от 25.08.2023 г.

**Режим дня
в первой младшей группе «Крепыши»
MAOU «Прогимназия Олимпионик»
Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 - 09.00
Организованная образовательная деятельность (1 и 2 подгруппы) (образовательные ситуации на игровой основе)	09.00 - 09.30
2 завтрак	09.30 – 09.45
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), самостоятельная деятельность,, возвращение с прогулки	09.45 - 11.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.30 -11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 - 12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 - 15.50
Организованная образовательная деятельность (1 и 2 подгруппы) (образовательные ситуации на игровой основе)	15.50 - 16.20
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.20 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам), уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
во второй младшей группе «Звездочки»
МАОУ «Прогимназия Олимпиионик»
Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, труд, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20– 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50– 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	09.00 – 09.40
2 завтрак	09.40 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	9.55 - 11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20– 15.40
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.40 –16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам)	16.50 – 19.00



**Режим дня
 во второй младшей группе «Чемпионы»
 MAOU «Прогимназия Олимпионик»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, труд, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	09.00 – 09.40
2 завтрак	09.40 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	9.55 - 11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.40 – 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам)	16.50 – 19.00



Режим дня
во второй младшей группе «Смелычки»
MAOU «Прогимназия Олимпионик»
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, труд, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)	09.00 – 09.40
2 завтрак	09.40 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	9.55 - 11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.40-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.40 – 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 – 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам)	16.50 – 19.00



**Режим дня
 в средней группе «Олимпийцы»
 MAOU «Прогимназия Олимпиики»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
в средней группе «Попрыгуши»
MAOU «Прогимназия Олимпиионик»
Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
в средней группе «Затейники»
MAOU «Прогимназия Олимпионик»
Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.30
Утренняя гимнастика	08.30 – 08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 – 08.55
Самостоятельная деятельность	08.55 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.10 -12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
 в старшей группе «Удальцы»
 MAOU «Прогимназия Олимпони́к»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 – 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.40
Самостоятельная деятельность	08.40 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 09.25/ 9/35-10/00/ 10.10-10.35
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.35 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 -12.40
Подготовка ко сну, сон	12.40 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
 в старшей группе «Рекордмены»
 MAOU «Прогимназия Олимпионик»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.00
Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.40
Самостоятельная деятельность	08.40 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 09.25/ 9/35-10/00/ 10.10-10.35
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.35 – 12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 -12.40
Подготовка ко сну, сон	12.40 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.10
Самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе). Слушание художественной литературы, игры, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	16.50 - 19.00



**Режим дня
 в подготовительной к школе группе «Шустрики»
 MAOU «Прогимназия Олимпионик»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.20
Утренняя гимнастика	08.20 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 09.30\9.40-10.10\10.20-10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.50 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 -12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе). Слушание художественной литературы, игры, НОД, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	17.00 - 19.00



**Режим дня
 в подготовительной к школе группе «Непоседы»
 МАОУ «Прогимназия Олимпоники»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.30
Утренняя гимнастика	08.30 – 08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 – 08.50
Самостоятельная деятельность	08.50 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 09.30\9.40-10.10\10.20-10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.50 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 -12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе). Слушание художественной литературы, игры, НОД, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	17.00 - 19.00



**Режим дня
 в подготовительной к школе группе «Силачи»
 MAOU «Прогимназия Олимпионик»
 Холодный период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, общение, творчество детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность	07.00 – 08.30
Утренняя гимнастика	08.30 – 08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40 – 08.55
Самостоятельная деятельность	08.55 – 09.00
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе) (перерыв между периодами занятий- 10 минут)	09.00 – 09.30\9.40- 10.10\10.20-10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, подвижные игры, элементарный бытовой труд, индивидуальная работа с детьми, ролевые игры, общение по интересам, экспериментирование и т.д.), возвращение с прогулки	10.50 – 12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность, дежурство.	12.10-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.25 -12.45
Подготовка ко сну, сон	12.45 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика после сна	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.30
Организованная образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе). Слушание художественной литературы, игры, НОД, досуги, экспериментирование, театрализация, развлечения, самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа и т.д.	15.30 - 16.00
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.40 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, командные игры-эстафеты, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные игры, общение по интересам). Постепенный уход домой	17.00 - 19.00