



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**в разновозрастной группе (1.6-3 года)**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности	Время	Длительность
		ь
<b>В образовательном учреждении</b>		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.10	70
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	10
Культурно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку.	08.20-08.30	10
1 Завтрак	08.30-08.45	15
Культурно-гигиенические процедуры.	08.45-9.00	15
Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00 - 09.10	10
	09.10- 09.20	
Подготовка к прогулке.	09.20-09.40	20
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д. Возвращение с прогулки	09.40 – 10.40	60
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.40-11.00	10
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей	11.00-11.45	75
Обед.	11.45-12.00	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.00-12.10	10
Дневной сон	12.10-15.10	180
Постепенный подъём. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.10-15.30	20
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Непрерывная образовательная деятельность	15.45-15.55	10
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.55 – 16.25	30
Подготовка к прогулке.	16.25 - 16.45	20
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры.	16.45 – 17.45	60
Возвращение с прогулки	17.45 – 18.00	15
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.00-19.00	60
Режим дома: прогулка, спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00	60
	20.00 – 20.40	
	20.40-06.30	

«Утверждаю»  
 Заведующий МАДОУ  
 «Летний сад №14»  
 И.А. Грицота



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**во второй младшей группе ( 3-4 года )**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности	Время	Длительность
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.10	70
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	10
Культурно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку.	08.20-08.30	10
1 Завтрак	08.30-08.45	15
Культурно-гигиенические процедуры.	08.45-9.00	15
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 - 09.15	15
	09.25- 09.40	15
Перерыв между непрерывной образовательной деятельностью	09.15-09.25	10
Подготовка к прогулке.	09.40-09.55	15
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д. Возвращение с прогулки	09.55 – 10.45	50
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.45-11.00	15
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду	11.00-11.50	50
Обед.	11.50 - 12.05	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.05-12.15	10
Дневной сон	12.15-15.15	180
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.15-15.30	15
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.45 – 16.45	60
Подготовка к прогулке.	16.45- 17.00	15
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	17.00 – 18.10	70
Возвращение с прогулки.	18.10 – 18.30	20
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.30 – 19.00	30
Режим дома: прогулка	19.00-20.00	60
спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры.	20.00 – 20.40	
Ночной сон	20.40-06.30	





**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**в средней группе ( 4-5 лет )**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности	Время	Длительность б
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	60
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10
Культурно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку.	08.10-08.20	10
1 Завтрак	08.20-08.45	25
Культурно-гигиенические процедуры.	08.45- 09.00	15
Непрерывная образовательная деятельность	09.00 – 09.20	20
	09.30 - 09.50	20
Перерыв между непрерывной образовательной деятельностью	09.20-09.30	10
Подготовка к прогулке.	09.50-10.05	15
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д. Возвращение с прогулки	10.05 – 10.45	50
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.45-11.00	15
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду	11.00 – 12.00	60
Обед.	12.00 - 12.15	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.15 - 12.30	15
Дневной сон	12.30-15.15	165
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.15-15.30	15
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.45 – 16.45	60
Подготовка к прогулке.	16.45- 17.00	15
	Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	17.00 – 18.10
Возвращение с прогулки.	18.10 – 18.30	20
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.30 – 19.00	30
Режим дома: прогулка спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00	60
	20.00 – 20.40	
	20.40-06.30	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E01B87794213CB445CD1EA3A51007DA3  
Владелец: Грицюта Ирина Александровна  
Действителен: с 30.07.2024 до 23.10.2025



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**в старшей группе ( 5-6 лет )**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности	Время	Длительность
<b>В образовательном учреждении</b>		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.10	70
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	10
Культурно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку.	08.25-08.35	10
1 Завтрак	08.35-08.50	15
Культурно-гигиенические процедуры.	08.50- 09.00	10
Непрерывная образовательная деятельность	09.00 – 09.25	25
	09.35 – 10.00	25
Перерыв между непрерывной образовательной деятельностью	09.25-09.35	10
Подготовка к прогулке. Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д. Возвращение с прогулки	10.00 – 10.10	10
	10.10 – 10.50	40
Культурно-гигиенические процедуры 2 Завтрак	10.50-11.00	10
Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду	11.00 – 12.15	75
Обед.	12.15 - 12.30	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.30 - 12.45	15
Дневной сон	12.45-15.15	150
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.15-15.30	15
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Непрерывная образовательная деятельность	15.45 – 16.10	25
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	16.10– 16.45	60
Подготовка к прогулке. Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	16.45- 16.55	10
	16.55 – 18.15	80
Возвращение с прогулки.	18.15 – 18.30	15
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.30-19.00	30
Режим дома: прогулка спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.00	60
	20.00 – 20.40	
	20.40-06.30	



«Утверждаю»  
 Заведующий МАДОУ  
 «Детский сад №14»  
 И.А. Грицюта



**РЕЖИМ ДНЯ**  
**в холодный период года**  
**в подготовительной к школе группе (6-7 лет)**  
**(с уплотненным ужином)**

Виды деятельности		
	Время	Длительность
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.20	80
Утренняя гимнастика	08.20-08.30	10
Культурно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку. 1 Завтрак	08.30-08.55	20
Культурно-гигиенические процедуры.	08.55-9.00	10
Непрерывная образовательная деятельность	09.00 – 9.30	30
	09.40 - 10.10	30
	10.10-10.50	30
Перерыв между непрерывной образовательной деятельностью	-	10
2 Завтрак	10.50-11.00	10
Подготовка к прогулке.	11.00-11.10	10
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д.	11.10 – 12.10	60
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20	10
Обед.	12.20 – 12.35	15
Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну.	12.35 – 12.45	10
Дневной сон	12.45-15.15	150
Постепенный подъем. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.15-15.30	15
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	15.30-15.45	15
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа и т.д.	15.45 – 16.45	60
Подготовка к прогулке.	16.45- 16.55	10
	16.55 – 18.15	80
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	18.15 – 18.30	15
Возвращение с прогулки.	18.30-19.00	30
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.		
Режим дома: прогулка спокойные игры, ужин, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00 – 19.40	40
	19.40 – 20.40	
	20.40-06.30	