

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №190»
протокол от «22» августа 2024 №1

УТВЕРЖДЕН
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №190»
И.Г. Разгон
от «22» августа 2024 №1



РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Группа №1, №2 (смешанная ранняя, первая младшая группа)

| № | Режимный момент | Время |
|-----|---|---------------|
| 1. | Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность | 07.00-07.55 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 08.00 – 08.10 |
| 3. | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10-08.40 |
| 4. | Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей | 08.40-09.00 |
| 5. | Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-10.00 |
| 6. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00-11.30 |
| 7. | Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 |
| 8. | Подготовка к дневному сну, сон | 12.00 -15.00 |
| 9. | Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.15 |
| 10. | Подготовка к полднику, полдник | 15.15-15.40 |
| 11. | Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.40-16.00 |
| 12. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-17.00 |
| 13. | Подготовка к ужину, ужин | 17.00-17.30 |
| 14. | Совместная образовательная и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.30-19.00 |

Группа №6, №7 (вторая младшая группа)

| № | Режимный момент | Время |
|----|---|-------------|
| 1. | Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность | 07.00-08.00 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 08.00-08.10 |
| 3. | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10-08.30 |
| 4. | Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей | 08.30-09.00 |
| 5. | Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-09.55 |
| 6. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.00-11.40 |

| | | |
|-----|---|-------------|
| 7. | Подготовка к обеду, обед | 11.40-12.20 |
| 8. | Подготовка к дневному сну, сон | 12.20-15.00 |
| 9. | Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.10 |
| 10. | Подготовка к полднику, полдник | 15.10-15.30 |
| 11. | Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.30-16.00 |
| 12. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-17.40 |
| 13. | Подготовка к ужину, ужин | 17.40-18.10 |
| 14. | Совместная образовательная и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 18.10-19.00 |

Группа №6, №7 (средняя группа)

| № | Режимный момент | Время |
|-----|---|-------------|
| 1. | Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность | 07.00-08.00 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 08.10-08.20 |
| 3. | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.20-08.40 |
| 4. | Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей | 08.40-09.00 |
| 5. | Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-10.10 |
| 6. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 10.10-11.50 |
| 7. | Подготовка к обеду, обед | 11.50-12.30 |
| 8. | Подготовка к дневному сну, сон | 12.30-15.00 |
| 9. | Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.10 |
| 10. | Подготовка к полднику, полдник | 15.10-15.30 |
| 11. | Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.30-16.00 |
| 12. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-17.40 |
| 13. | Подготовка к ужину, ужин | 17.40-18.10 |
| 14. | Совместная образовательная и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 18.10-19.00 |

Группа №4, №8 (старшая группа)

| № | Режимный момент | Время |
|----|---|-------------|
| 1. | Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность | 07.00-07.55 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 07.50-08.00 |
| 3. | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.00-08.30 |

| | | |
|-----|---|-------------|
| 4. | Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей | 08.30-09.00 |
| 5. | Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-11.00 |
| 6. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 11.00-12.00 |
| 7. | Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.40 |
| 8. | Подготовка к дневному сну, сон | 12.40-15.00 |
| 9. | Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.10 |
| 10. | Подготовка к полднику, полдник | 15.10-15.30 |
| 11. | Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.30-16.00 |
| 12. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.00-17.45 |
| 13. | Подготовка к ужину, ужин | 17.45-18.15 |
| 14. | Совместная образовательная и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 17.40-19.00 |

Группа №3, №12 (подготовительная группа)

| № | Режимный момент | Время |
|-----|---|-------------|
| 1. | Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность | 07.00-08.15 |
| 2. | Утренняя гимнастика | 08.20-08.30 |
| 3. | Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30-08.50 |
| 4. | Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей | 08.50-09.00 |
| 5. | Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами | 09.00-11.50 |
| 6. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 11.50-12.30 |
| 7. | Подготовка к обеду, обед | 12.30-13.00 |
| 8. | Подготовка к дневному сну, сон | 13.00-15.00 |
| 9. | Постепенный подъем, самостоятельная деятельность | 15.00-15.10 |
| 10. | Подготовка к полднику, полдник | 15.10-15.40 |
| 11. | Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.40-16.10 |
| 12. | Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки | 16.10-17.45 |
| 13. | Подготовка к ужину, ужин | 17.45-18.15 |
| 14. | Совместная образовательная и самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 18.15-19.00 |