

Утверждаю:
 Заведующий МДОУ
 Курдюмова Е.А.
 Приказ №187 о.д. от 01.09.2025г.

Режим дня
 воспитанников МДОУ «Детский сад №3 Золотая рыбка»
 на холодный период года

Режимные процессы /характер деятельности	Подготовительные группы №4,12	Старшие группы № 3,7	Средние группы №8	Младшая группа №9.11	Группы раннего возраста №6,5
Прием воспитанников на игровых площадках (на улице). Самостоятельная игровая детская деятельность	07:00 – 08.10	07:00 – 08.10	07:00 – 08.10	07:00 – 08.10	Прием осуществляется в группе 07:00 – 08.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 08:20	8.10 – 08:20	8.10 – 08:20	8.10 – 08:20	8.10 – 08:20
Приход в группу, утренний фильтр, гигиенические процедуры, дежурства, самообслуживание	08:20 – 08:40	08:20 – 08:40	8.20 – 8.35	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 1 (завтрак)	08:40 – 08:50	08:40– 08:50	08:35 – 08:50	08:30 – 8.45	08:30 – 8.45
Гигиенические процедуры, самостоятельная детская деятельность, дежурства по занятиям	08:50 – 09:00	08:50 – 09:00	08:50 – 09:00	08:45 – 09:00	08:45 – 09:00
Организованная образо-	09:00–10:30	09:00–10:00	09:00–09:50	09:00–09:30	09:00–10:00

вательная деятельность					
В том числе: Занятие № 1	09:00 – 09:30	09:00 – 09:25	09:00 – 09:20	09:00 – 09:15	09:00 – 09:10 – 1 подгруппа 09:15 – 09:25 – 2 подгруппа
В том числе: Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности, музыкальные и динамические паузы	09:30 – 09:40	09:25 – 09:35	09:20 – 09:30	09:15–09:25	09:25 – 09:35
В том числе: Занятие № 2	09:40 – 10.10	09:35 –10:00	09:30 – 09:50	09:25– 09:40	09.35 – 09.45 - 1 подгруппа 09.50 – 10.00 - 2 подгруппа
В том числе: Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности, музыкальные и динамические паузы	10.10 –10:20	10.00 – 10.10	09:50 – 10.00	09.35 – 09.45	–
В том числе: Занятие № 3 (если не предусмотрено во вторую половину дня <u>или предыдущие занятия проходили по подгруппам</u>)	10:20 – 10:50	<u>10.05 – 10:30</u>	<u>10.00– 10:20</u>	<u>09.45 – 10.00</u>	–
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 2 (второй завтрак)	10:15 – 10:20	10:05– 10:10	10.00 – 10:05	9.45 – 9.50	9.45 – 9.50
Гигиенические процедуры, самообслуживание, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	10:50 – 11:00	10:30 – 10:45	10:20 – 10:30	10:05 – 10:20	10:05 – 10:20

Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	11:00 – 12:30 = 1,5 часа	10:45 – 12:15=1,5 часа	10:30 – 12:00=1,5 часа	10:20 – 11:50=1,5 часа	10:20 – 11:20= 1 час
в том числе игры средней и высокой подвижности	30 мин	30 мин	25 мин	20 мин	10 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. Совместная деятельность воспитателя и детей	12:30 – 12:45	12:15 – 12:30	12:00 – 12:15	11:50 – 12.00	11:20 – 11:40
Подготовка к приему пищи, прием пищи № 3 (обед)	12:45–13:00	12:30 – 12:45	12:25– 12:40	12.00 – 12:20	11:30 – 11.45
Дневной сон	13:00–15:30	12:45 – 15:15	12:40 – 15:30	12:20 – 15:20	12:00–15:00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, бодрящая гимнастика после сна	15:30 – 16.00	15:15 – 15:55	15:30 – 15.55	15:20 – 16.00	15:00 – 16.00
в том числе игры и упражнения малой интенсивности на дыхание, профилактику нарушений ОДА	10 мин	10 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Занятие № 3 (если не предусмотрено в первую половину дня), в том числе кружки или факультативы	16:00 – 16:30	15:55 – 16:20	Не проводится	Не проводится	Не проводится

Подготовка к приему пищи, прием пищи № 4 (уплотненный полдник - ужин)	16.35 – 16.45	16.30 – 16. 40	16.25 – 16.40	16.15 – 16.30	16.15 – 16.30
Самостоятельная игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей (свободное время). Совместная деятельность педагога с детьми,	16:45 – 17:15	16:40 – 17:00	16:40 – 17:00	16:30 – 17:00	16.30 – 17.00
Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры)	17:15 –19:00= 1 час 45 мин	17:00 –19:00= 2 часа			
в том числе, игры средней и высокой подвижности	20 мин	20 мин	15 мин	10 мин	10 мин
Уход воспитанников из детского сада в сопровождении родителей (законных представителей)	До 19:00	До 19:00	До 19:00	До 19:00	До 19:00