

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

А. А. Ястребинская

Приказ от 29.08.2025 № 21 п.1

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ВТОРАЯ ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА № 6

(для детей 1,6-2 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.10	1ч10 мин	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.10 – 8.20	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 9.00	30мин.	Завтрак.
9.00 – 9.10 (8.45-8.55)	10 мин.	Занятие 1 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/ I-я подгруппа
9.10 – 9.20	10мин.	Динамическая пауза/физкультминутки
9.20 – 9.30	10мин.	Занятие 1 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/ II-я подгруппа
09.30 – 09.40	10мин.	Второй завтрак.
09.40-10.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.00 – 11.10	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.10 – 11.30	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
11.30 – 12.00	30мин.	Обед.
12.00 – 15.00	3 ч.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Дневной сон
15.00 – 15.30	30мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.
15.30 – 16.00	30мин.	Полдник.
16.00 – 16.10	10мин.	Занятие 2 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/- I-я подгруппа
16.10 – 16.20	10мин.	Перерыв между занятием (Динамическая пауза/физкультминутки)
16.20 – 16.30	10мин.	Занятие 2 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/- II-я подгруппа
16.30 – 16.40	10мин.	Свободная деятельность. Игры.
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:*СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»**СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»**А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.*

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО)

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА № 7

(для детей 2-3 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	Свободная деятельность. Игры по интересам
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	30мин.	Завтрак.
9.00 – 9.10	10мин.	Занятие 1 /в соответствие с Расписанием/ I-я подгруппа
9.10 - 9.20	10мин.	Динамическая пауза
9.20 – 9.30	10мин.	Занятие 2 /в соответствие с Расписанием/ II-я подгруппа
9.30 – 9.40	10мин.	Второй завтрак.
9.40 – 10.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.00 – 11.10	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.10 – 11.0	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
11.30 – 12.00	30мин.	Обед. Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
12.00 – 15.00	3ч	Дневной сон.
15.00 – 15.30	30мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.
15.30 – 16.00	30мин.	Полдник.
16.00 – 16.10	10мин.	Занятие 2 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/- I-я подгруппа
16.10 – 16.20	10мин.	Перерыв между занятием (Динамическая пауза/физкультминутки)
16.20 – 16.30	10мин.	Занятие 2 в игровой форме /в соответствие с Расписанием/- II-я подгруппа
16.30 – 16.40	10мин.	Свободная деятельность. Игры.
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА № 5

(для детей 3-4 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг».
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 9.00	30мин.	Завтрак.
9.00 – 9.10	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.10 – 9.25	15мин.	Занятие 1 /в соответствие с Расписанием/
9.25 – 9.35	10мин.	Динамическая пауза.
9.35 – 9.50	15мин.	Занятие 2 /в соответствие с Расписанием/
9.50 – 10.00	10мин.	Самостоятельные игры.
10.00 – 10.10	10мин.	Второй завтрак.
10.10 – 10.30	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.30 – 11.40	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.40 – 12.00	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.00 – 12.30	30мин.	Обед.
12.30 – 12.50	20мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
12.50 – 15.20	2,5ч	Дневной сон.
15.20 – 15.40	20мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание.
15.40 – 16.00	20мин.	Полдник.
16.00 – 16.20	20мин.	Игры, самостоятельная деятельность
16.20 – 16.40	20 мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОПДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СРЕДНЯЯ ГРУППА № 2

(для детей 4-5 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика.
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг».
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.20	20мин.	Занятие 1 /в соответствие с Расписанием/
9.20-9.30	10 мин	Перерыв между занятиями/физкультминутки/динамическая пауза
9.30 – 9.50	20мин.	Занятие 2 /в соответствие с Расписанием/
9.50 – 10.10	20мин.	Самостоятельные игры.
10.10 – 10.20	10мин.	Второй завтрак.
10.20 – 10.40	20мин.	Подготовка к прогулке.
10.40 – 11.50	1ч10мин.	Утренняя прогулка.
11.50 – 12.10	20 мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.10 – 12.40	30мин.	Обед.
12.40 – 13.00	10мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон.
15.30 – 15.50	20мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
15.50-16.10	20мин.	Полдник.
16.10-16.30	20 мин.	Игры.Самостоятельные игры.
16.30-16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СТАРШАЯ ГРУППА № 1

(для детей 5-6 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.20	10мин.	Игры. Самостоятельная деятельность
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.05	15мин.	Утренний круг
8.05 – 9.15	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.
9.15 – 9.40	25 мин.	Занятие 1 /в соответствие с Расписанием/
9.40 – 9.50	10мин.	Динамическая пауза.
9.50 – 10.15	25 мин.	Занятие 2 /в соответствие с Расписанием/
10.15 – 10.25	10мин.	Второй завтрак.
10.25-10.40	15 мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность.
10.40 – 11.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
11.00 – 12.00	1ч	Утренняя прогулка.
12.10 – 12.20	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.20 – 12.50	30мин.	Обед.
12.50 – 13.00	10мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон.
15.30 – 15.50	20мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
15.50 – 16.05	15мин.	Полдник.
16.05 – 16.30	30мин.	Занятие 3 /в соответствие с Расписанием/ (2 раза в неделю занятия проходят вечером)
16.30 – 16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОПДО).

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 29.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА №3

(для детей 6-7 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты
7.00 – 8.00	1ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.20	10мин.	«Утренний круг»
8.20 – 8.30	10мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.
8.30 – 8.50	20мин.	Завтрак.
8.50 – 9.00	10мин.	Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.
9.00 – 9.30	30мин.	Занятие 1 /в соответствие с Расписанием/
9.30 – 9.40	10мин.	Динамическая пауза.
9.40 – 10.10	30мин.	Занятие 2 /в соответствие с Расписанием/
10.10 – 10.20	10мин.	Второй завтрак.
10.20 – 10.50	30мин.	Занятие 3 /в соответствие с Расписанием/
10.50 – 11.10	20мин.	Подготовка к прогулке.
11.10 – 12.10	1ч	Утренняя прогулка.
12.10 – 12.30	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.
12.30 – 12.50	20мин.	Обед.
12.50 – 13.00	10мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон.
15.30 – 16.00	30мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.
16.00 – 16.15	15мин.	Полдник.
16.15 – 16.30	15мин.	Самостоятельные игры. Совместная деятельность.
16.30 – 16.40	10мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20мин.	Подготовка к прогулке.
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка.

Режим дня устанавливается с учетом требований:

СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

А также условий реализации Образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений.

При температуре воздуха ниже -15С и скорости ветра более 7м/с, а также при сильном гололеде, гололедице, наледи на асфальтовом покрытии и(или) на прогулочном участке, при активном таянии снега и затоплении участков; при сильном (проливном) дожде, при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОПДО).