



РЕЖИМ ДНЯ

Первой ранней группы № 2
на холодный период 2023 -2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика
08.15 – 08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 08.50	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
08.50 – 09.00 (1 п.) 09.10 – 09.20 (2 п.)	Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
09.20 – 09.30	Второй завтрак
09.30 – 11.15	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, наблюдения, труд)
11.15 – 11.30	Возвращение с прогулки
11.30 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение перед сном)
15.15 – 15.30	Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.55	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
16.55 – 17.15	Подготовка к ужину. Ужин.
17.15 – 17.30	Игры. Подготовка к прогулке.
17.30 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 15 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Второй ранней группы № 4
на холодный период 2023 -2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 08.50	Игры, подготовка к образовательной деятельности
08.50 – 09.00 (1 п.) 09.10 – 09.20 (2 п.)	Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
09.20 – 09.30	Второй завтрак
09.30 – 11.20	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, наблюдения, труд)
11.20 – 11.35	Возвращение с прогулки
11.35 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение перед сном)
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.55	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
16.55 – 17.10	Подготовка к ужину. Ужин.
17.15 – 17.25	Игры. Подготовка к прогулке.
17.25 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 25 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Второй ранней группы № 14
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 08.50	Игры, подготовка к образовательной деятельности
08.50 – 09.00 (1 п.) 09.10 – 09.20 (2 п.)	Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
09.20 – 09.30	Второй завтрак
09.30 – 11.20	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, наблюдения, труд)
11.20 – 11.35	Возвращение с прогулки
11.35 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение перед сном)
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.55	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
16.55 – 17.10	Подготовка к ужину. Ужин.
17.15 – 17.25	Игры. Подготовка к прогулке.
17.25 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 25 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Второй ранней группы № 15
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 08.50	Игры, подготовка к образовательной деятельности
08.50 – 09.00 (1 п.) 09.10 – 09.20 (2 п.)	Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
09.20 – 09.30	Второй завтрак
09.30 – 11.20	Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, физические упражнения, наблюдения, труд)
11.20 – 11.35	Возвращение с прогулки
11.35 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение перед сном)
15.15 – 15.30	Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.55	Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)
16.55 – 17.10	Подготовка к ужину. Ужин.
17.15 – 17.25	Игры. Подготовка к прогулке.
17.25 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 25 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Младшей группы № 1

на холодный период 2023 -2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 09.00	Игры, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)
09.40 – 09.50	Второй завтрак
09.50 – 11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.30 – 11.45	Возвращение с прогулки, игровая деятельность
11.45 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.15	Организованная образовательная деятельность
16.00 – 17.00	Игровая деятельность
17.00 – 17.15	Подготовка к ужину. Ужин
17.15 – 17.30	Игры, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 10 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Младшей группы № 3
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 09.00	Игры, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)
09.40 – 09.50	Второй завтрак
09.50 – 11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.30 – 11.45	Возвращение с прогулки, игровая деятельность
11.45 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.15	Организованная образовательная деятельность
16.00 – 17.00	Игровая деятельность
17.00 – 17.15	Подготовка к ужину. Ужин
17.15 – 17.30	Игры, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 10 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Младшей группы № 7
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.05	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.05 – 08.15	Утренняя гимнастика (в группе)
08.15 – 08.30	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.30 – 09.00	Игры, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)
09.40 – 09.50	Второй завтрак
09.50 – 11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.30 – 11.45	Возвращение с прогулки, игровая деятельность
11.45 – 12.00	Подготовка к обеду. Обед
12.00 - 15.15	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.15 – 15.30	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.30 – 16.00	Полдник
16.00 – 16.15	Организованная образовательная деятельность
16.00 – 17.00	Игровая деятельность
17.00 – 17.15	Подготовка к ужину. Ужин
17.15 – 17.30	Игры, подготовка к прогулке
17.30 – 19.00	Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **3 часа 15 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 10 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Средней группы № 5
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.00	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика
08.10 – 08.25	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.25 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.50	Образовательная деятельность
09.50 – 10.00	Второй завтрак
10.00 – 11.40	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.40 – 11.55	Возвращение с прогулки
11.55 – 12.10	Подготовка к обеду. Обед
12.10 - 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.15	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.15 – 15.30	Полдник
15.30 – 15.45	Игровая деятельность
15.45 – 16.05	Образовательная деятельность
16.05 – 17.05	Игровая деятельность
17.05 – 17.20	Подготовка к ужину. Ужин
17.20 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой.

Длительность сна – **3 часа 00 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 20 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Средней группы № 11
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.00	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика
08.10 – 08.25	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.25 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.50	Образовательная деятельность
09.50 – 10.00	Второй завтрак
10.00 – 11.40	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.40 – 11.55	Возвращение с прогулки
11.55 – 12.10	Подготовка к обеду. Обед
12.10 - 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.15	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.15 – 15.30	Полдник
15.30 – 15.45	Игровая деятельность
15.45 – 16.05	Образовательная деятельность
16.05 – 17.05	Игровая деятельность
17.05 – 17.20	Подготовка к ужину. Ужин
17.20 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой.

Длительность сна – **3 часа 00 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 20 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Средней группы № 12
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.00	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика
08.10 – 08.25	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.25 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 09.50	Образовательная деятельность
09.50 – 10.00	Второй завтрак
10.00 – 11.40	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.40 – 11.55	Возвращение с прогулки
11.55 – 12.10	Подготовка к обеду. Обед
12.10 - 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.15	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.15 – 15.30	Полдник
15.30 – 15.45	Игровая деятельность
15.45 – 16.05	Образовательная деятельность
16.05 – 17.05	Игровая деятельность
17.05 – 17.20	Подготовка к ужину. Ужин
17.20 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой.

Длительность сна – **3 часа 00 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 20 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Старшей группы № 9
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.15	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.15 – 08.25	Утренняя гимнастика
08.25 – 08.40	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.40 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 10.00	Образовательная деятельность
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.10 – 12.05	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.05 – 12.20	Возвращение с прогулки
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед
12.40 - 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.20	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.20 – 15.35	Полдник
15.35 – 15.45	Игровая деятельность
15.45 – 16.10	Образовательная деятельность
16.10 – 17.10	Игровая деятельность
17.10 – 17.30	Подготовка к ужину. Ужин
17.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.

Длительность сна – **2 часа 30 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 25 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Старшей группы № 10
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.15	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.15 – 08.25	Утренняя гимнастика
08.25 – 08.40	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.40 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 10.00	Образовательная деятельность
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.10 – 12.05	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.05 – 12.20	Возвращение с прогулки
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед
12.40 - 15.10	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.20	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.20 – 15.35	Полдник
15.35 – 16.00	Игровая деятельность
16.00 – 16.25	Образовательная деятельность
16.25 – 17.10	Игровая деятельность
17.10 – 17.30	Подготовка к ужину. Ужин
17.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.

Длительность сна – **2 часа 30 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 25 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительной группы № 6
на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.30	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.30 – 08.40	Утренняя гимнастика
08.40 – 08.55	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.55 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 10.10	Образовательная деятельность
10.10 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.15 – 12.30	Возвращение с прогулки
12.35 – 12.45	Подготовка к обеду. Обед
12.45 - 15.15	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.25 – 15.35	Подготовка к полднику. Полдник
15.35 – 16.05	Образовательная деятельность
16.05 – 17.10	Игровая деятельность
17.10 – 17.25	Подготовка к ужину. Ужин
17.25 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **2 часа 30 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 30 минут**



РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительной группы № 8

на холодный период 2023 - 2024 учебного года

Время	Содержание
07.00 – 08.30	Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность
08.30 – 08.40	Утренняя гимнастика
08.40 – 08.55	Групповой сбор, подготовка к завтраку. Завтрак
08.55 – 09.00	Игровая деятельность, подготовка к образовательной деятельности
09.00 – 10.10	Образовательная деятельность
10.10 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.15 – 12.30	Возвращение с прогулки
12.35 – 12.45	Подготовка к обеду. Обед
12.45 - 15.15	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.15 – 15.25	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры
15.25 – 15.35	Подготовка к полднику. Полдник
15.35 – 16.05	Образовательная деятельность
16.05 – 17.10	Игровая деятельность
17.10 – 17.25	Подготовка к ужину. Ужин
17.25 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой

Длительность сна – **2 часа 30 минут**

Длительность прогулки – **3 часа 30 минут**