

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ 23 Рябинка
/  / Ягина Н.Э
Приказ № _____ от _____ 2025г
М.П.

Основной режим дня (Холодный период)
Первая младшая группа (2-3 г)

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	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания
8.20 – 8.50	30мин	Завтрак
8.50 – 9.00	10мин	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам
9.00 – 9.10	10мин	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.10 - 9.20	10мин	Динамическая пауза
9.20 – 9.30	10мин	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
9.30 – 9.40	10мин	Второй завтрак
9.40 – 10.00	20мин	Подготовка к прогулке
10.00 – 11.10	1ч10мин	Утренняя прогулка
11.10 – 11.30	20мин	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду
11.30 – 12.00	30мин	Обед
12.00 – 12.30	30мин	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном
12.30 – 15.30	3ч	Дневной сон
15.30 – 16.00	30мин	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, одевание, причесывание
16.00 – 16.30	30мин	Полдник
16.30 – 16.40	10мин	Свободная деятельность. Игры
16.40 – 17.00	20мин	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка. Уход домой

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА
(для детей 3-4 лет)

<u>Время проведения</u>	<u>Длительность</u>	<u>Режимные моменты</u>
7.00 – 8.00	1 ч	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа
8.00 – 8.10	10 мин.	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.20	10 мин.	«Утренний круг»
8.20 – 8.30	10 мин.	Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания
8.30 – 8.50	20 мин.	Завтрак
8.50 – 9.00	10 мин.	Подготовка к проведению занятий. Игры. Общение детей по интересам
9.00 – 9.15	15 мин.	Занятие 1 /в соответствии с Расписанием/
9.15 – 9.25	10 мин.	Динамическая пауза.
9.25 – 9.40	15 мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
9.40 – 10.00	20 мин.	Самостоятельные игры
10.00 – 10.10	10 мин.	Второй завтрак
10.10 – 10.30	20 мин.	Подготовка к прогулке
10.30 – 11.40	1ч 10мин.	Утренняя прогулка
11.40 – 12.00	20 мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду
12.00 – 12.30	30 мин.	Обед
12.30 – 13.00	30 мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном
13.00 – 15.30	2,5 ч	Дневной сон
15.30 – 16.00	30 мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, Одевание, Причесывание
16.00 – 16.30	25 мин.	Полдник
16.30 – 16.40	10 мин.	«Вечерний круг»
16.40 – 17.00	20 мин.	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	2 ч	Вечерняя прогулка. Уход домой

РАЗРАБОТАНО:
Старший воспитатель

/  / Гундори́на Е.А.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ 23 Рябинка

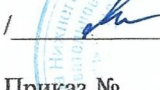
/  / Ягина Н.Э

Приказ № _____ от _____ 2025г
М.П.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с 01.09.2025 по 31.05.2026

СРЕДНЯЯ ГРУППА
(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 соответствии с Расписанием/
9.20 – 9.50	30мин.	Самостоятельные игры
9.50 – 10.10	20мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
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	20мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду
12.10 – 12.40	30мин.	Обед
12.40 – 13.00	20мин.	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 – 16.20	20мин.	Полдник
16.20-16.30	10мин.	«Вечерний круг»
16.30 – 17.00	30мин.	Подготовка к прогулке
17.00 – 19.00	2ч	Вечерняя прогулка

РАЗРАБОТАНО: Старший воспитатель МБДОУ № 23 Рябинка  / Гундорина Е.А.	УТВЕРЖДЕНО: Заведующий МБДОУ № 23 Рябинка  Ягина Н.Э. Приказ № _____ от _____ М.П.
--	--

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 03.06.2025 по 30.08.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СТАРШАЯ ГРУППА

(для детей 5-6 лет)

Время проведения	длительность	Режимные моменты	
7.00 – 8.10	1ч10мин.	Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.	НА УЛИЦЕ
8.00 – 8.10	10мин.	Утренняя гимнастика	
8.10 – 8.20	10мин.	Возвращение с улицы	
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 – 9.10	10мин.	«Утренний круг»	
9.10 – 9.35	25мин.	Занятие 1 - в (в соответствии с Расписанием, групповое) Или совместная деятельность воспитателя с детьми.	В ПОМЕЩЕНИИ
9.35 – 10.20	45мин.	Самостоятельные игры, совместная деятельность воспитателя с детьми.	
10.20 – 10.30	10мин.	Второй завтрак.	
10.30 – 10.50	20мин.	Подготовка к прогулке.	
10.50 – 12.00	1ч10мин.	Утренняя прогулка. Занятие 2 – (в соответствии с Расписанием, музыкальное/физкультурное) Или совместная деятельность воспитателя с детьми.	НА УЛИЦЕ
12.00 – 12.15	15мин.	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Подготовка к обеду.	
12.15 – 12.40	25мин.	Обед.	
12.40 – 13.00	20мин.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.	
13.00 – 15.30	2,5ч	Дневной сон.	
15.30 – 16.15	45мин.	Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) и гигиенические процедуры. Бодрящая гимнастика. Одевание. Причесывание.	
16.15 – 16.30	15мин.	Полдник.	
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»

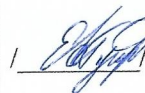
СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

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

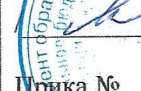
При сильном (проливном) дожде, грозе, затоплении участков после сильного дождя; при многочисленных лужах, при штормовых предупреждениях МЧС РФ. продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают или отменяют.

Соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО).

РАЗРАБОТАНО:
Старший воспитатель

 Гундорина Е.А.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ 23
«Рябинка»

 Ягина Н.Э.
Приказ № _____ от _____ 2025г
М.П.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

(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 соответствии с Расписанием/
9.30 – 9.40	10мин.	Динамическая пауза
9.40 – 10.10	30мин.	Занятие 2 /в соответствии с Расписанием/
10.10 – 10.20	10мин.	Второй завтрак.
10.20 – 10.50	30мин.	Занятие 3 /в соответствии 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. Уход домой

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).