

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №18 «Родничок»  
И.С.Чаусова  
31 августа 2022г.

**Режим дня для первой группы раннего возраста на холодный период года**

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей	7.00 - 8.00	1ч.
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	05м.
Подготовка к завтраку	8.05-8.30	25м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций	9.00-9.30	
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игровая деятельность, самостоятельная деятельность.	9.30-10.30	1ч.
Второй завтрак	10.30-10.45	15м.
Прогулка: наблюдение, игровая деятельность, самостоятельная деятельность.	10.45-11.20	35м.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	40м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику.	15.00-15.20	20м.
Полдник	15.20-15.40	20м.
Индивидуальная работа, игры, рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.40-16.00	20м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	16.00-17.30	1ч.30 м.

**Режим дня для первой группы раннего возраста на теплый период года**

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика на прогулке.	7.00-8.05	1ч.05 мин
Подготовка к завтраку	8.05-8.30	25м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность на прогулке.	8.50-10.30	1ч.40 м.
Второй завтрак	10.30-10.40	10м.
Прогулка, спокойные игры, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.	10.40-11.20	40м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	40м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.00-15.15	15м.
Полдник	15.15-15.30	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	15.30-17.30	2ч.

**Режим дня для второй группы раннего возраста на холодный период года**

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей	7.00 - 8.00	1ч.
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	05м.
Подготовка к завтраку	8.05-8.30	25м.

Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций	9.00-9.30	
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдение, игровая деятельность, самостоятельная деятельность.	9.30-10.30	1ч.
Второй завтрак	10.30-10.45	15м.
Прогулка: наблюдение, игровая деятельность, самостоятельная деятельность.	10.45-11.20	35м
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	40м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику.	15.00-15.20	20м.
Полдник	15.20-15.40	20м.
Индивидуальная работа, игры, рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.40-16.00	20м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	16.00-17.30	1ч.30 м.

#### **Режим дня для второй группы раннего возраста на теплый период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика на прогулке.	7.00-8.05	1ч.05 мин
Подготовка к завтраку	8.05-8.30	25м.
Завтрак	8.30-8.50	20м
Спокойные игры, подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность на прогулке.	8.50-10.30	1ч.40 м.
Второй завтрак	10.30-10.40	10м.
Прогулка, спокойные игры, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.	10.40-11.20	40м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	40м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.00-15.00	3ч.
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.00-15.15	15м.
Полдник	15.15-15.30	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	15.30-17.30	2ч.

#### **Режим дня для 2 младшей группы на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика.	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций	9.00-9.40	
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	9.40-10.30	50м.
Второй завтрак	10.30-10.45	15м
Прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	10.45-11.50	1ч.05 м.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.40-11.50	10м.
Обед	11.50-12.20	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.20-15.20	3ч.

Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.20-15.30	10м.
Полдник	15.30-15.45	15м.
Индивидуальная работа, игры, рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.45-16.05	20м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	16.05 – 17.30	1ч.25 м.

#### Режим дня для 2 младшей группы на теплый период года

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика на прогулке	7.00-8.20	1ч.20 м
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20
Подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.	8.50-10.30	1ч.40 м
Второй завтрак	10.30-10.45	15м.
Прогулка, наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.45-11.40	1ч.05 м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	11.40-11.50	10м.
Обед	11.50-12.20	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.20-15.20	3ч.
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.20-15.30	10м.
Полдник	15.30-15.45	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	15.45-17.30	1ч.45 м.

#### Режим дня для средней группы на холодный период года

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика (на участке)	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровой образовательной деятельности	9.00-9.50	
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	9.50-10.30	40м.
Второй завтрак	10.30-10.45	15м.
Прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	10.45-11.50	1ч.05
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50-12.00	10м.
Обед	12.00-12.30	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.30-15.10	2ч.40
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.10-15.30	20м.
Полдник	15.30-15.45	15м.
Индивидуальная работа, игры, рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.45-16.15	30м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой.	16.15 - 17.30	1ч.15 м.

#### Режим дня для средней группы на теплый период

Режимные моменты	Время	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика (на участке)	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.

Подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.	8.50 - 10.30	1ч.40 м.
Второй завтрак	10.30-10.45	15м.
Прогулка: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.45-11.50	1ч.15 м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры подготовка к обеду	11.50-12.00	10м.
Обед	12.00-12.30	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.30-15.10	2ч.40
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание.	15.10-15.30	20м.
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой.	15.45-17.30	1ч.45 м.

#### **Режим дня для старшей группы на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика (на участке)	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций	9.00-10.35	
Второй завтрак	10.4-10.50	10м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	10.50-12.00	1ч.15 м.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00-12.10	10м.
Обед	12.10-12.40	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.40-15.20	2ч.40
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.20-15.30	10м.
Полдник	15.30-15.45	15м.
Индивидуальная работа, игры, рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.45-16.15	30м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	16.15-17.50	1ч.15 м.

#### **Режим дня для старшей группы на теплый период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика(на участке)	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	30м.
Завтрак	8.30-50	20м.
Подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.	8.50-10.30	1ч.40 м.
Второй завтрак	10.40-10.50	15м.
Прогулка: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.50-12.00	1ч.35 м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	12.00-12.10	10м.
Обед	12.10-12.40	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.40-15.20	2ч.40
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание.	15.20-15.30	10м.
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	15.45-17.30	1ч.45 м.

**Режим дня для подготовительной к школе группе на холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика (на участке)	7.00-8.20	1ч.20
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м.
Спокойные игры, подготовка к игровым образовательным ситуациям	8.50-9.00	10м.
Час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций	9.00-10.50	
Второй завтрак	10.50-11.00	10м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность	11.00-12.10	1ч.10 м.
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20	10м.
Обед	12.20-12.50	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.50-15.20	2ч30 м
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.20 – 15.30	10м.
Полдник	15.30-15.45	15м.
Индивидуальная работа, игры, : рефлексия прожитого дня, культурно–досуговая деятельность	15.45-16.15	30м.
Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	16.15-17.30	1ч.15 м.

**Режим дня для подготовительной к школе группе на теплый период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	
Прием детей, осмотр, индивид. работа, спокойные игры, дид/ игры, дежурство, взаимодействие с семьей, утренняя гимнастика(на участке)	7.00-8.20	1ч.20 м.
Подготовка к завтраку	8.20-8.30	10м.
Завтрак	8.30-8.50	20м
Подготовка к прогулке, час интересных, совместных дел в форме игровых образовательных ситуаций на прогулке: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	8.50-10.30	1ч.40 м.
Второй завтрак	10.30-10.40	10м.
Прогулка: наблюдение, игры, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность	10.40-12.20	1ч.40 м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду	12.10-12.20	10м.
Обед	12.20-12.50	30м.
Дневной сон с доступом свежего воздуха	12.50-15.20	2ч.30
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание, подготовка к полднику	15.20-15.30	10м.
Полдник.	15.30-15.45	15м.
Подготовка к прогулке, прогулка: рефлексия прожитого дня, игры, самостоятельная деятельность детей, беседы с родителями, уход домой	15.45-17.30	1ч.45 м.