

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад  
 №40 «Лазошечки»  
 Пантюшева И.Н.  
 Приказ № 132 от 09.09.2024



**РЕЖИМ ДНЯ**  
 1 младшая группа  
 Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:30
Образовательная нагрузка	Занятие в игровой форме	09:30-09:40
Перерыв	Физкультурные минутки	09:40-09:50
Образовательная нагрузка	Занятие в игровой форме	09:50-10:00
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:00-11:30
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	11:30-12:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам. Уход детей домой	16:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ  
2 младшая группа  
Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:20
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:20-10:00
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:00-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00

РЕЖИМ ДНЯ  
Средняя группа  
Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:15
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:15-10:05
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:05-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00

РЕЖИМ ДНЯ  
Старшая группа  
Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:15
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:15-10:15
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:15-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Образовательная нагрузка	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	16:00-16:30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00

**РЕЖИМ ДНЯ**  
Подготовительная группа  
Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:00-10:50
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:50-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Разновозрастная логопедическая группа**  
**Сезон года: холодный**

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:15
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:15-10:05
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:05-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 Логопедическая группа  
 Сезон года: холодный

Режимные мероприятия		Время
Наименование	Содержание	
Утренний прием	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07:00-08:20
Утренняя зарядка	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	08:20-08:30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	08:30-09:00
Самостоятельная деятельность	Игры, подготовка к занятиям	9:00-9:15
Образовательная нагрузка	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09:15-10:15
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка	10:15-12:00
Второй завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10:30-11:00
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12:00-13:00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон. , постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:30
Полдник (уплотненный)	Подготовка к приему пищи. Прием пищи	15:30-16:00
Образовательная нагрузка	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты)	16:00-16:30
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16:30-19:00