



РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (с 1 – 3 лет)

№	Мероприятия	Время
	ДОМА	
1	Подъем, утренний туалет	06.30-07.30
	В ДЕТСКОМ САДУ	
2	Приветствие, встреча детей, игры, общение, утренняя гимнастика (в группе)	07.00-08.00
3	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	08.00-09.00
4	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	09.00-09.45
5	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	09.45-11.00
6	Подготовка к обеду, обед	11.00-12.00
7	Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00
8	Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.30
9	Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
10	Организованная образовательная деятельность (по расписанию). Совместные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.00-16.30
11	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, уход домой	16.30-19.00
	ДОМА	
12	Прогулка	19.00-20.00
13	Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
14	Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-06.30 (07.30)



РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (с 3-4 лет)
(ул.Советская, 5)

№	Мероприятия	Время
	ДОМА	
1	Подъем, утренний туалет	06.30-07.30
	В ДЕТСКОМ САДУ	
2	Приветствие, встреча детей, игры, общение, деятельность по интересам	07.00-08.00
3.	Утренняя гимнастика	08.00-08.10
4	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	08.10-09.00
5	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	09.00-10.00
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	10.00-11.50
7	Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
8	Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
9	Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.20
10	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	15.20-15.35
11	Подготовка к полднику, полдник	15.35-16.05
12	Самостоятельные, совместные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.05-16.25
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, уход домой	16.25-19.00
	ДОМА	
14	Прогулка	19.00-19.30
15	Возвращение с прогулки, ужин	19.30-20.00
16	Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
17	Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-06.30

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 34»

И.В. Оксенгерт

2024 г.



РЕЖИМ ДНЯ

холодный период года (с 4-5 лет)

№	Мероприятия	Время
	ДОМА	
1	Подъем, утренний туалет	06.30-07.30
	В ДЕТСКОМ САДУ	
2	Приветствие, встреча детей, игры, общение, деятельность по интересам	07.00-07.50
3	Утренняя гимнастика	08.10-08.20
4	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	08.10-09.00
5	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	09.00-10.00
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурство по столовой	10.00-12.00
7	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40
8	Подготовка ко сну, сон	12.40-15.00
9	Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.20
10	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)/ самостоятельные игры	15.20-16.05/15.20-15.45
11	Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.10
12	Самостоятельные, совместные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.10-16.40
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, уход домой	16.40-19.00
	ДОМА	
14	Прогулка	19.00-19.30
15	Возвращение с прогулки, ужин	19.30-20.00
16	Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.45
17	Подготовка ко сну, ночной сон	20.45-06.30

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 34»

И.В. Оксенгерт

2024 г.



РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (с 5-6 лет)

№	Мероприятия	Время
	ДОМА	
1	Подъем, утренний туалет	06.30-07.30
	В ДЕТСКОМ САДУ	
2	Приветствие, встреча детей, игры, общение, деятельность по интересам	07.00-08.10
3	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
4	Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	08.30-09.00
5	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	09.00-10.40
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурство по столовой	10.40-12.20
7	Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
8	Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
9	Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные, воздушные процедуры, закаливание	15.00-15.15
10	Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	15.15-15.45
11	Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00
12	Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.00-16.25
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, уход домой	16.25-19.00
	ДОМА	
14	Прогулка	19.00-19.30
15	Возвращение с прогулки, ужин	19.30-19.50
16	Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.50-20.45
17	Подготовка ко сну, ночной сон	20.45-06.30

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 34»

И.В. Оксенгерт

2024 г.



РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (с 6-7 лет)

№	Мероприятия	Время
	ДОМА	
1	Подъем, утренний туалет	06.30-07.30
	В ДЕТСКОМ САДУ	
2	Приветствие, встреча детей, игры, общение, деятельность по интересам	07.00-08.30
3	Утренняя гимнастика	08.30-08.40 08.40-08.50
4	Подготовка к завтраку, завтрак	08.50-09.20
5	Организованная образовательная деятельность (по расписанию)	09.20-11.00
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурство по столовой	11.00-12.40
7	Подготовка к обеду, обед	12.40-13.00
8	Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
9	Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные, воздушные процедуры, закаливание, самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	15.00-16.15
10	Подготовка к полднику, полдник	16.15-16.30
11	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность на прогулке, возвращение с прогулки, уход домой	16.30-19.00
	ДОМА	
12	Прогулка	19.00-19.30
13	Возвращение с прогулки, ужин	19.30-19.50
14	Спокойные игры, гигиенические процедуры	19.50-20.45
15	Подготовка ко сну, ночной сон	20.45-06.30