

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2025г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер

Утверждено:
Приказом директора МАДОУ
«ЦРР - Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Фелотова/

РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
группа раннего возраста (1-2 года)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.- 07.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с ребенком и родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.05.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	08.00. - 08.30.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, игры детей	08.30. - 09.00.
Развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (НОД)	09.00. – 09.10. 09.20. – 09.30
Совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по интересам	09.30. - 09.40.
Личная гигиена, подготовка к прогулке	09.40. – 09.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность)	09.50.-10.50.
Возвращение с прогулки, раздевание (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	10.50. – 11.00.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	11.00. – 11.40.
Подготовка ко сну, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	11.40. – 12.00.
Дневной сон	12.00.-15.00.
Постепенный подъем, просыпательная гимнастика, воздушные процедуры, ходьба по массажным дорожкам	15.00. – 15.10.
Личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	15.10. – 15.20.
Подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	15.20. – 15.40.
Развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (НОД)	15.40. – 15.50. 15.50. – 16.00.
Личная гигиена, подготовка к прогулке.	16.00. – 16.10.
Прогулка (самостоятельная игровая деятельность, наблюдения)	16.10.– 17.-00.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	17.00. – 17.15.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	17.15. – 17.45.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по интересам, восприятие смысла музыки, сказок, стихов, уход детей домой, личный контакт с родителями	17.45. – 18.20.
Прогулка (игры, наблюдения)	18.20 – 19.00

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2024г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер

Утверждено:
Приказом директора МАДОУ
«ЦРР - Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Федотова/

РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
группа раннего возраста (2-3 года)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.- 07.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с ребенком и родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.05.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	08.05. - 08.45.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.45. - 09.00.
Развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (НОД)	09.00. – 09.10. 09.20. – 09.30
Совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по интересам	09.30. - 09.40.
Личная гигиена, подготовка к прогулке	09.40. – 9.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность)	9.50.-10.50.
Возвращение с прогулки, раздевание (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	10.50. – 11.10.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	11.10. – 11.45.
Подготовка ко сну, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	11.45. – 12.00.
Дневной сон	12.00.-15.00.
Постепенный подъем, просыпательная гимнастика, воздушные процедуры, ходьба по массажным дорожкам	15.00. – 15.10.
Личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	15.10. – 15.20.
Подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	15.20. – 15.40.
Развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (НОД)	15.40. – 15.50. 15.50. – 16.00.
Личная гигиена, подготовка к прогулке.	16.00. – 16.10.
Прогулка (самостоятельная игровая деятельность, наблюдения)	16.10.– 17.-00.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	17.00. – 17.15.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	17.15. – 17.45.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по интересам, восприятие смысла музыки, сказок, стихов, уход детей домой, личный контакт с родителями	17.45. – 18.20.
Прогулка (игры, наблюдения)	18.20 – 19.00

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2025г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер

Утверждено
Приказом директора МАДОУ
«ЦРР – Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Федотова/



РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
младшая группа (3-4 года)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем, гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.-07.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.10.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, поведения во время еды)	08.10. - 08.45.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08.45. - 09.00.
Непосредственно образовательная деятельность: образовательные ситуации (перерыв между НОД – не менее 10 минут)	09.00. – 09.15. 09.25. – 09.40.
Совместная с воспитателем, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	09.40. - 10.00.
Личная гигиена, подготовка к прогулке приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания	10.00. – 10.20.
Прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность)	10.20.-11.30.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	11.30. – 11.50.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	11.50. – 12.10.
Подготовка к сну, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	12.10. – 12.20.
Дневной сон	12.20.-15.00.
Постепенный подъем, просыпательная гимнастика, обливание ног	15.00. – 15.10.
Личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	15.10. – 15.20.
Подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	15.20. – 15.40.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по интересам, общение	15.40. – 16.00.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания), прогулка	16.00. – 17.20.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	17.20. – 17.30.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	17.30. – 17.50.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, общение, восприятие художественной литературы и фольклора	17.50. – 18.20.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	18.20 – 19.00

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2025г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер

Утверждено:
Приказом директора МАДОУ
«НПР Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Федотова/

РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
средняя группа (4-5 лет)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем, гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.- 07.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с ребенком и родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.10.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды и самообслуживания)	08.10. - 08.45.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.45. - 09.00.
Непрерывная образовательная деятельность: образовательные ситуации (перерыв между НОД – не менее 10минут)	09.00.- 09.20. 09.30. – 09.50.
Совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	09.50.- 10.10.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	10.10. – 10.20.
Прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность, общение по интересам)	10.20.-11.40.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	11.40. – 12.00.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	12.00. – 12.25.
Подготовка к сну, личная гигиена	12.25. – 12.30.
Дневной сон	12.30.-15.00.
Подъем, просыпательная гимнастика, обливание ног	15.00. – 15.10.
Личная гигиена, подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, поведения во время еды)	15.10. – 15.40.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	15.40. – 16.00.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	16.00. – 16.10.
Прогулка (игры, наблюдения)	16.10.– 17.30.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания)	17.30. – 17.40.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	17.40. – 18.00.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, общение, восприятие художественной литературы и фольклора	18.00. – 18.30.
Прогулка	18.30. – 19.00.

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2025г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер



Утверждено
Приказом директора МАДОУ
«ЦРР – Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Федотова/

РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
старшая группа (5-6 лет)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем, гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.-7.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с ребенком и родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.15.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, нормам поведения во время еды)	08.15. - 08.50.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.50. - 09.00.
Непрерывная образовательная деятельность: образовательные ситуации (перерыв между НОД – не менее 10 минут). НОД (25 мин.) может осуществляться во второй половине дня, тогда время утром (25 мин.) занимает самостоятельная игровая деятельность детей по выбору и интересам	09.00. – 10.35 09.00- 09.25. 09.35- 10.00. 10.10-10.35
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, самообслуживания)	10.35. – 10.45.
Прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность)	10.45.-11.50.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, самообслуживания)	11.50.-12.00.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	12.00. – 12.40.
Подготовка к сну, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания)	12.40. – 13.00.
Дневной сон	13.00. – 15.00.
Подъем, просыпательная гимнастика, ходьба по массажным дорожкам	15.00.-15.10.
Личная гигиена	15.10. – 15.20.
Подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	15.20. – 15.40.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	15.40. – 16.20.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (формирование культурно-гигиенических навыков)	16.20. – 16.30.
Прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, общение по интересам)	16.30.– 17.40.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	17.40. – 17.50.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	17.50. – 18.20.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, общение, восприятие художественной литературы и фольклора, прогулка	18.20. – 19.00.

Рассмотрено и принято:
на педагогическом совете
протокол от 28.08.2025г.
№ 3

Согласовано:
Фельдшер

Утверждено:
Приказом директора МАДОУ
«ЦРР – Детский сад «Солнечный»
от 29.08.2025г. №96-ОД
Т.А. Федотова/

РЕЖИМ ДНЯ НА ПЕРИОД
с 01.09.2025 по 31.05.2026г. /холодный период года/
подготовительная группа (6-7 лет)

режимный момент	время
ДОМА	
Подъем, гигиенические процедуры, прогулка по дороге в ДОУ	06.40.-7.00.
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
Прием, осмотр, личный контакт с ребенком и родителями, совместная со взрослым, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	07.00. - 08.00.
Утренняя гимнастика (укрепление здоровья детей, создание радостного эмоционального подъема)	08.00.- 08.10.
Личная гигиена, подготовка к завтраку, завтрак (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, нормам поведения во время еды)	08.15. - 08.50.
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности	08.50. - 09.00.
Непрерывная образовательная деятельность: образовательные ситуации (перерыв между НОД – не менее 10минут). НОД (30 мин.) может осуществляться во второй половине дня, тогда время утром (30 мин.) занимает самостоятельная игровая деятельность детей по выбору и интересам	09.00. – 10.50. 09.00.-09.30 09.40.-10.10. 10.20.-10.-50.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, самообслуживания)	10.50. – 11.00.
Прогулка (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность, экспериментирование с материалами и веществами, самостоятельная деятельность)	11.00.-12.15.
Возвращение с прогулки, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, самообслуживания)	12.15.-12.25.
Подготовка к обеду, обед (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	12.20. – 12.50.
Подготовка к сну, личная гигиена (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания), дневной сон	12.50. – 15.00.
Дневной сон	13.00. – 15.00.
Подъем, просыпательная гимнастика, ходьба по массажным дорожкам	15.00.-15.10.
Личная гигиена, подготовка к полднику, полдник (приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, поведения во время еды)	15.10. – 15.40.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам	15.40. – 16.50.
Личная гигиена, подготовка к прогулке (приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, самообслуживания)	16.50. – 17.00.
Прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, общение по интересам)	17.00.– 18.00.
Возвращение с прогулки, личная гигиена	18.00. – 18.10.
Подготовка к ужину, личная гигиена, ужин (приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды)	18.10. – 18.25.
Совместная с воспитателем деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, общение, восприятие художественной литературы и фольклора, прогулка	18.25. – 19.00.