

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОУ «Детский сад №70»  
Дмитриева Н.С.  
Приказ № 68 от «28» 08 2025 г.



**РЕЖИМ ДНЯ**  
*(холодный период)*  
Режим работы: 12 часов

Виды деятельности	Группа раннего возраста		Вторая младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа		
	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	
<b>В образовательном учреждении</b>											
Приём детей. Осмотр. Игры. Труд. Творчество детей. Слушание художественной литературы. Индивидуальная работа с детьми. Общение. Самостоятельная деятельность	07.00-08.10	70	07.00-08.10	70	07.00-08.15	75	07.00-08.15	75	07.00-08.30	90	
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	10	08.10-08.20	10	08.15-08.25	10	08.15-08.25	10	08.30-08.40	10	
Культурно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку. Завтрак	08.20-08.30	10	08.20-08.30	10	08.25-08.35	10	08.50-09.00	10	08.40-08.55	15	
Культурно-гигиенические процедуры. Игры	08.30-08.45	15	08.30-08.45	15	08.35-08.50	15	08.35-08.50	15	08.55-09.00	10	
ЗАНЯТИЯ	Непрерывная образовательная деятельность	09.00-09.10 09.10-09.20	10 10	09.00-09.15 09.25-09.40	15 15	09.00-09.20 09.30-09.50	20 20	09.00-09.25 09.35-10.00	25 25	09.00-9.30 09.40-10.10 10.10-10.50	30 30 30
	Перерывы между НОД	-	10	09.15-09.25	10	09.20-09.30	10	09.25-09.35	10	-	10
	Игры. Общение. Самостоятельная деятельность детей	09.20-09.40	20	-	-	-	-	-	-	-	-
Культурно-гигиенические процедуры. 2 Завтрак	09.40-09.55	15	09.45-10.00	15	09.50-10.05	15	10.00-10.10	10	10.50-11.00	10	
Подготовка к прогулке.	09.55-10.10	15	10.00-10.10	10	10.05-10.20	15	10.10-10.20	10	11.00-11.10	10	
Прогулка 1. Подвижные игры. Элементарный бытовой труд. Наблюдения. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми по отработке основных движений. Ролевые игры и т.д.	10.10-11.15	65	10.10-11.00	50	10.20-11.30	70	10.20-11.45	85	11.10-12.10	60	
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.15-11.45	30	11.00-11.50	50	11.30-12.00	60	11.45-12.15	30	12.10-12.20	10	
Обед.	11.45-12.00	15	11.50-12.05	15	12.00-12.15	15	12.15-12.30	15	12.20-12.35	15	

Культурно-гигиенические и оздоровительные процедуры. Подготовка ко сну	12.00-12.10	10	12.05-12.15	10	12.15-12.30	15	12.30-12.45	15	12.35-12.45	10
Дневной сон	12.10-15.10	180	12.15-15.15	165	12.30-15.15	165	12.45-15.15	150	12.45-15.15	150
Постепенный подъём. Культурно-гигиенические воздушно-водные процедуры	15.10-15.30	20	15.15-15.30	15	15.15-15.30	15	15.15-15.30	15	15.15-15.30	15
Полдник	15.30-15.45	15	15.30-16.00	30	15.30-15.45	15	15.30-16.00	30	15.30-15.45	15
Непрерывная образовательная деятельность	-	-	-	-	-	-	16.00-16.25	25	-	-
Самостоятельная деятельность, игры, досуги, общение по интересам, театрализация, индивидуальная работа, работа со специалистами и т.д.	15.55-16.50	55	16.00-16.45	60	15.45-16.45	60	16.25-16.45	60	15.45-16.45	60
Подготовка к прогулке.	16.50-17.10	20	16.45-17.00	15	16.45-17.00	15	16.45-16.55	10	16.45-16.55	10
Прогулка 2. Командные игры-эстафеты. Подвижные игры. Развлечения на улице. Индивидуальная работа с детьми по основным движениям. Самостоятельные игры	17.10-18.10	60	17.00-18.10	70	17.00-18.10	70	16.55-18.15	80	16.55-18.15	80
Возвращение с прогулки.	18.10-18.30	20	18.10-18.30	20	18.10-18.30	20	18.15-18.30	15	18.15-18.30	15
Ужин	18.30-18.45	15	18.30-18.45	15	18.30-18.45	15	18.30-18.45	15	18.30-18.45	15
Самостоятельная деятельность, игры, общение по интересам. Постепенный уход домой.	18.45-19.00	15	18.45-19.00	15	18.45-19.00	15	18.45-19.00	15	18.45-19.00	15
Общий подсчет	На непрерывную образовательную деятельность	20		30		40		50+25*		90
	На прогулку	125		120		120		165		140
	На самостоятельную деятельность (без учёта времени на самостоятельные игры на прогулке)	250		210		225		120		180
Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры. Ночной сон	19.00-20.40 20.00-20.40 20.40-06.30		19.00-20.00 20.00-20.40 20.40-06.30		19.00-20.00 20.00-20.40 20.40-06.30		19.00-20.00 20.00-20.40 20.40-06.30		19.00-19.40 19.40-20.40 20.40-06.30	