



РЕЖИМ ДНЯ

Группа раннего возраста № 10 (с 1,6 до 2 лет)
2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 7.55
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.15
Игры, самостоятельная деятельность	8.15 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.10 – 9.20
Подготовка к прогулке	9.30 – 9.50
Прогулка	9.50 – 10.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	10.50 – 11.15
Подготовка к обеду, обед	11.15 – 12.00
Подготовка ко сну	12.00 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 16.55
Подготовка к ужину, ужин	16.55 – 17.25
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.25 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 минут
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа



РЕЖИМ ДНЯ

Первая младшая группа № 1 (с 2 до 3 лет)
2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приём детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.30 – 9.40
Подготовка к прогулке	9.40 – 10.00
Прогулка	10.00 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00 – 11.25
Подготовка к обеду, обед	11.25 – 12.00
Подготовка ко сну	12.00 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 16.55
Вечерний круг	16.55 – 17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05 – 17.25
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.25 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 минут
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа



РЕЖИМ ДНЯ

Вторая младшая группа № 5 (с 3 до 4 лет)
2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приём детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.00 – 8.20
Утренний круг	8.20 – 8.30
Игры, самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 9.45
Второй завтрак	9.45 – 9.55
Подготовка к прогулке	9.55 – 10.05
Прогулка	10.05 – 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20 – 11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.10
Подготовка ко сну	12.10 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 16.55
Вечерний круг	16.55 – 17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05 – 17.25
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.25 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа



Е.П. Завалина

2023 г.

РЕЖИМ ДНЯ

Средняя группа № 6 (с 4 до 5 лет)

2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приём детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.05
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10 – 8.30
Утренний круг	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 9.50
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке	10.00 – 10.10
Прогулка	10.10 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 12.25
Подготовка ко сну	12.25 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 16.55
Вечерний круг	16.55 – 17.05
Подготовка к ужину, ужин	17.05 – 17.30
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа



РЕЖИМ ДНЯ
 Старшая группа № 4 (с 5 до 6 лет)
 2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приём детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.10 – 8.30
Утренний круг	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 10.15
Второй завтрак	10.20 – 10.30
Подготовка к прогулке	10.30 – 10.40
Прогулка	10.40 – 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.25
Подготовка ко сну	12.25 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 17.00
Вечерний круг	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.30
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа



РЕЖИМ ДНЯ

Подготовительная к школе группа № 8 (с 6 до 7 лет)
 2023 – 2024 учебный год (холодный период)

Дома	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В дошкольном учреждении	
Приём детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.15 – 8.30
Утренний круг	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами*	9.00 – 10.25
Второй завтрак	10.25 – 10.35
Подготовка к прогулке	10.35 – 10.45
Прогулка	10.45 – 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 12.45
Подготовка ко сну	12.45 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 16.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	16.45 – 17.00
Вечерний круг	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.30
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 19.00
Дома	
Прогулка	19.00 – 20.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.40
Укладывание, ночной сон	20.40 – 6.30 (7.30)
*Указана общая длительность, включая перерывы.	
Продолжительность дневного сна	2 часа
Самостоятельная деятельность	3 – 4 часа
Продолжительность прогулки	3 – 4 часа

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 307419508320837797574833128201242969401703522615

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 04.09.2023 по 03.09.2024