



Утверждено

Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад № 222»

От 28.08.2025 г.

Найденова И.А.

СВОДНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД с 01.09.25 - 29.05.26 г

Режимные моменты	2 младшая группа (3-4 года) № 1, 2, 3	Средняя группа (4-5 лет) № 4, 5, 8	Старшая группа (5-6 лет) № 7, 9, 10	Подготовит. группа (6-7 лет) № 6, 11, 12
Режим работы группы	12 ч.	12 ч.	12 ч.	12 ч.
Утренний прием детей, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, утренний круг, утренняя гимнастика/ не менее 10м/	7.00 – 8.00	7.00 – 8.10	7.00 – 8.15	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30	8.10 – 8.40	8.15 – 8.45	8.20 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00	8.40 – 8.55	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия, включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин., перерывы между занятиями не менее 10 мин.	1 гр 9.00 – 9.40 2 гр 9.00 – 9.45 3 гр 9.00 – 9.40	4 гр 8.55 - 10.10 5 гр 8.55 - 10.15 8 гр 8.55 - 10.20	7 гр 9.00 – 10.20 9 гр 9.00 – 10.20 10 гр 9.00 – 10.55	6 гр 9.00 – 11.00 11 гр 9.00 – 10.55 12 гр. 9.00 – 11.00
<i>нагрузка</i>	30 мин	40 мин	50 мин	1ч.30=90мин
Второй завтрак	9.50 – 10.00	10.20 – 10.30	10.20 – 10.30	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, опытническая деятельность, целевые прогулки (организованная, совместная и самостоятельная деятельность детей). Продолжительность	10.00 – 11.40 1ч 40	10.30 – 11.50 1ч 20м	(7 и 9 гр) 10.30 – 12.00 (10 гр) 10.55 – 12.00 (7 и 9 гр) 1ч 30 мин (10гр) 1 ч 05 мин	11.00 – 12.10 1ч.10мин
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40 – 12.00	11.50 – 12.10	12.00 – 12.10	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.10 – 12.40	12.10 – 12.40	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00 2.5ч	12.40 – 15.10 2.5ч	12.40 – 15.10 2.5ч	12.45 – 15.15 2.5ч
Постепенный подъем, активная гимнастика после сна, закаливающие процедуры.	15.00 - 15.15	15.10 - 15.20	15.10 - 15.20	15.15 - 15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.40	15.20 – 15.40	15.20 – 15.45	15.25 – 15.45
Занятия Длительность	-	-	15.45 - 16.10 25 м	15.45 - 16.15 30 м
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, чтение художественной литературы	15.40 – 17.30	15.40 – 17.20	(7 и 9 гр) 16.10 – 17.30 (10 гр) 16.10 – 17.05	16.15 – 17.10
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой.	17.30 – 19.00 1ч.30мин	17.20 – 19.00 1ч 40м	(7 и 9 гр) 17.30 – 19.00 1ч 30мин 10 гр 17.05 – 19.00 1 ч 55 мин	17.10 – 19.00 1ч 50мин
Объем нагрузки в день По СанПин	30 мин	40 мин	1ч.15мин = 75мин При организации 1 зан. после дневного сна	1,5ч.= 90мин (возможна организация 1 зан. после дневного сна)