

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
протокол № 3
от «26» августа 2025

УТВЕРЖДЕНО

заведующий
МБДОУ «Детский сад №232
 О.Н. Пахомова
приказ № 155 - осн.
от «26» августа 2025

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
с воспитанниками муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад №232»
на 2025/2026 учебный год

РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД
СМЕШАННАЯ РАННЯЯ ГРУППА №3 (1,6-3 года)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
2.	Утренняя гимнастика	08.00-08.05
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.05-08.30
4.	Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей	08.30-08.50
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	08.50-09.50
6.	Подготовка к прогулке, прогулка	09.50-11.00
7.	Совместная организованная детская деятельность.	11.00-11.30
8.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к обеду, обед	11.30 -12.15
9.	Подготовка к дневному сну, сон	12.15-15.15
10.	Постепенный подъём, закаливающие процедуры, развитие культурно- гигиенических навыков	15.15-15.30
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
12.	Игра. Совместная организованная детская деятельность.	16.00-16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.20
14.	Подготовка к ужину, ужин	17.20-17.45
15.	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность детей, уход детей домой	17.45-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД
МЛАДШАЯ ГРУППА №11 (3-4 года)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение. самостоятельная деятельность	07.00-07.55
2.	Утренняя гимнастика	07.55-08.05
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.05-08.30
4.	Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей	08.30-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-09.45
6.	Игры под руководством педагога.	09.45-10.00
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
8.	Совместная деятельность	11.30-12.00
9.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
10.	Подготовка к дневному сну, сон	12.30 -15.00
11.	Постепенный подъём, закаливающие процедуры, развитие культурно- гигиенических навыков	15.00-15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
13.	Игра. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.10
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.20
15.	Подготовка к ужину, ужин	17.20-17.45
16.	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность детей, уход детей домой	17.45-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
СМЕШАННАЯ ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА № 6 (4-6 ЛЕТ)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10 -08.20
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
4.	Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность воспитанников	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.40
6.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-12.00
7.	Совместная организованная детская деятельность.	12.00-12.20
8.	Подготовка к обеду, обед	12.20-12.45
9.	Подготовка к дневному сну, сон	12.45-15.15
10.	Постепенный подъём, гимнастика после сна, развитие культурно- гигиенических навыков, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
12.	Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.45-16.00
13.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.00
14.	Совместная организованная детская деятельность	17.00-17.25
15.	Подготовка к ужину, ужин	17.25-17.45
16.	Самостоятельная игровая деятельность под руководством педагога.	17.45-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
СМЕШАННАЯ ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА № 5 (5-7 лет)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Самостоятельная деятельность	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.50
6.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.00
7.	Совместная организованная детская деятельность	12.00-12.15
8.	Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45
9.	Подготовка к дневному сну, сон	12.45-15.10
10.	Постепенный подъём, закаливающие процедуры	15.10-15.20
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
12.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	15.40-16.05
13.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.05-17.35
14.	Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
15.	Самостоятельная игровая деятельность под руководством педагога.	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
СТАРШАЯ ГРУППА № 7 (5-6 лет)
(дети с общим недоразвитием речи)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Самостоятельная деятельность детей.	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.00
6.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми. Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-12.00
7.	Совместная организованная детская деятельность	12.00-12.15
8.	Подготовка к обеду, обед	12.15 -12.45
9.	Подготовка к дневному сну, сон	12.45 -15.00
10.	Постепенный подъём, закаливающие процедуры	15.00-15.10
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
12.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами. Индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30-17.30
14.	Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.50
15.	Игры. Самостоятельная игровая деятельность под руководством педагога.	17.50-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

РЕЖИМ ДНЯ
(среда, пятница)
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА №1 (6-7 лет)
(дети с заиканием)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
2.	Утренняя гимнастика	08.30-08.40
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Самостоятельная деятельность воспитанников	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами.	09.00-10.50
6.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми. Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.15
7.	Возвращение с прогулки. Совместная организованная деятельность.	12.15-12.30
8.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-13.00
9.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
10.	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00-15.10
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
12.	Индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.35
14.	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
15.	Самостоятельная деятельность детей под руководством воспитателя	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

РЕЖИМ ДНЯ
(понедельник, вторник, четверг)
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА №1 (5-7 лет)
(дети с заиканием)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.30
2.	Утренняя гимнастика	08.30-08.40
3.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Самостоятельная деятельность воспитанников	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.50
6.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми, игры. Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.15
7.	Возвращение с прогулки. Совместная игровая деятельность.	12.15-12.30
8.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-13.00
9.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
10.	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00-15.10
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
12.	Индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.35
14.	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
15.	Самостоятельная деятельность детей под руководством воспитателя	18.00-19.00
16.	Подготовка к позднему ужину, ужин	19.00-19.25
17.	Игры. Организованная детская деятельность детей.	19.25-20.30
18.	Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Сон.	20.30-21.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
СТАРШАЯ ГРУППА № 9 (5-6 лет)
(дети с задержкой психологического развития)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10-08.20
3.	Совместная организованная детская деятельность	08.20-08.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
5.	Самостоятельная игровая деятельность детей	08.50-09.00
6.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-11.00
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	11.05-12.15
8.	Совместная организованная детская деятельность	12.15-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
10.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
11.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
13.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами, индивидуальные работа воспитателя с детьми по заданию учителя-дефектолога. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.35
15.	Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
16.	Самостоятельная деятельность детей под руководством педагога	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА №8 (6-7 лет)
(дети с общим недоразвитием речи)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
2.	Утренняя гимнастика	08.00-08.10
3.	Совместная организованная детская деятельность	08.10-08.20
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
5.	Самостоятельная деятельность детей	08.50-09.00
6.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.50
7.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми, игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.20
8.	Возвращение с прогулки. Совместная организованная деятельность.	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
10.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
11.	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры.	15.00-15.10
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
13.	Индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
14.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30-17.35
15.	Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
16.	Самостоятельная деятельность детей под руководством педагога.	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА №13 (6-7 лет)
(дети с общим недоразвитием речи)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10-08.20
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
4.	Самостоятельная деятельность детей	08.50-09.00
5.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.50
6.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми, игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.20
7.	Возвращение с прогулки. Совместная организованная деятельность.	12.20-12.30
8.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
9.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
10.	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры.	15.00-15.10
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
12.	Индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка.	16.30-17.35
14.	Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
15.	Самостоятельная деятельность детей под руководством педагога.	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 4 (6-7 лет)
(дети с задержкой психологического развития)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
2.	Утренняя гимнастика	08.00-08.10
3.	Совместная организованная детская деятельность	08.10-08.30
4.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
5.	Самостоятельная игровая деятельность детей	08.50-09.00
6.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами	09.00-10.50
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.15
8.	Совместная организованная детская деятельность	12.15-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
10.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
11.	Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.10
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
13.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами, индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-дефектолога. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.35
15.	Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
16.	Самостоятельная деятельность детей под руководством педагога	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**РЕЖИМ ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
СМЕШАННАЯ ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА №12 (4-6 лет)
(дети с заиканием)**

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-07.50
2.	Утренняя гимнастика	07.50-08.00
3.	Совместная организованная детская деятельность	08.00-08.30
4.	Развитие культурно-гигиенических навыков. Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
5.	Самостоятельная деятельность воспитанников	08.50-09.00
6.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами.	09.00-11.05
7.	Индивидуальная работа учителя-логопеда с детьми. Подготовка к прогулке, прогулка	11.05-12.15
8.	Возвращение с прогулки. Совместная организованная деятельность.	12.15-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-13.00
10.	Подготовка к дневному сну, сон	13.00-15.00
11.	Постепенный подъем, оздоровительные процедуры	15.00-15.10
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30
13.	Непосредственная образовательная деятельность, занятия со специалистами, индивидуальная работа воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда. Игры. Совместная организованная детская деятельность	15.30-16.30
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.35
15.	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину, ужин	17.35-18.00
16.	Самостоятельная деятельность детей под руководством воспитателя	18.00-19.00

В соответствии с Постановлением Главного санитарного государственного санитарного врача РФ №2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», п.183, **режим дня может корректироваться в зависимости от погодных условий и индивидуальных особенностей воспитанников.**