




«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующая МДОУ «Детский сад  
№14 «Золушка»  
Гихонова З.И.

2020г.

### Режим дня в первой младшей группе (2-3 года) холодный период

Режимный момент	Длительность	начало	окончание
Прием детей, свободная игра	1:00	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>
Утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, занятия по подгруппам	0:30	8 <sup>00</sup>	8 <sup>30</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак	0:30	8 <sup>30</sup>	8 <sup>50</sup>
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1:00	9 <sup>00</sup>	10 <sup>00</sup>
Второй завтрак	0:10	9 <sup>30</sup>	9 <sup>40</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	1:40	9 <sup>40</sup>	11 <sup>20</sup>
Возвращение с прогулки, спокойные игры	0:25	11 <sup>20</sup>	11 <sup>45</sup>
Подготовка к обеду, обед	0:35	11 <sup>45</sup>	12 <sup>20</sup>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:40	12 <sup>20</sup>	15 <sup>00</sup>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:20	15 <sup>00</sup>	15 <sup>10</sup>
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15 <sup>10</sup>	15 <sup>30</sup>
Игры, самостоят. деятельность, занятия по подгруппам	1:00	15 <sup>30</sup>	16 <sup>40</sup>
Подготовка к ужину, ужин	0:20	16 <sup>20</sup>	16 <sup>40</sup>
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа	0:20	16 <sup>40</sup>	17 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	2:00	17 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
<b>Досуги, развлечения – 1 раз в неделю, во второй половине дня</b>			
<b>Физкультурный досуг – 1 раз в месяц</b>			


 «УТВЕРЖДАЮ»  
 заведующая МДОУ «Детский сад  
 №14 «Золушка» Тихонова З.И.  
 2020г.

**Режим дня во второй младшей группе (3-4 года) холодный период**

Режимный момент	Длительность	начало	окончание
Прием детей, свободная игра	1:00	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>
Утренняя гимнастика	0:10	8 <sup>00</sup>	8 <sup>10</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0:30	8 <sup>10</sup>	8 <sup>40</sup>
<b>Утренний круг</b>	0:20	8 <sup>40</sup>	9 <sup>00</sup>
Игры, кружки, НОД, занятия со специалистами	1:00	9 <sup>00</sup>	10 <sup>00</sup>
Второй завтрак	0:10	9 <sup>30</sup>	9 <sup>40</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	2:00	10 <sup>00</sup>	12 <sup>00</sup>
Возвращение с прогулки, игры, занятия	0:20	12 <sup>00</sup>	12 <sup>20</sup>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0:40	12 <sup>20</sup>	13 <sup>00</sup>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:10	13 <sup>00</sup>	15 <sup>10</sup>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:20	15 <sup>10</sup>	15 <sup>30</sup>
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15 <sup>30</sup>	15 <sup>50</sup>
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	0:50	15 <sup>50</sup>	16 <sup>30</sup>
Подготовка к ужину, ужин	0:30	16 <sup>30</sup>	17 <sup>00</sup>
<b>Вечерний круг</b>	0:10	17 <sup>00</sup>	17 <sup>10</sup>
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа	0:50	17 <sup>10</sup>	18 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	1:00	18 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
<b>Досуги, развлечения – 1 раз в неделю, во второй половине дня</b> <b>Физкультурный досуг – 1 раз в месяц</b>			



заведующая МДОУ «Детский сад  
№14 «Золушка»  
Тихонова З.И.

2020г.

### Режим дня в средней группе (4-5 лет) холодный период

Режимный момент	Длительность	начало	окончание
Прием детей, свободная игра	1:00	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>
Утренняя гимнастика	0:10	8 <sup>00</sup>	8 <sup>10</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак	0:30	8 <sup>10</sup>	8 <sup>40</sup>
<b>Утренний круг</b>	0:20	8 <sup>40</sup>	9 <sup>00</sup>
Игры, кружки, НОД, занятия со специалистами	1:00	9 <sup>00</sup>	10 <sup>10</sup>
Второй завтрак	0:10	9 <sup>30</sup>	9 <sup>40</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	2:00	10 <sup>10</sup>	12 <sup>10</sup>
Возвращение с прогулки, игры, занятия	0:20	12 <sup>10</sup>	12 <sup>30</sup>
Подготовка к обеду, обед	0:40	12 <sup>30</sup>	13 <sup>10</sup>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:00	13 <sup>10</sup>	15 <sup>10</sup>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:20	15 <sup>10</sup>	15 <sup>30</sup>
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15 <sup>30</sup>	15 <sup>50</sup>
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1:00	15 <sup>50</sup>	16 <sup>40</sup>
Подготовка к ужину, ужин	0:20	16 <sup>40</sup>	17 <sup>00</sup>
<b>Вечерний круг</b>	0:10	17 <sup>00</sup>	17 <sup>10</sup>
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа	0:50	17 <sup>10</sup>	18 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	1:00	18 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
<b>Досуги, развлечения – 1 раз в неделю, во второй половине дня</b>			
<b>Физкультурный досуг – 1 раз в месяц</b>			



«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующая МДОУ «Детский сад  
№14 «Золушка»  
Тихонова З.И.

2020г.

### Режим дня в старшей группе (5-6 лет) холодный период

Режимный момент	Длительность	начало	окончание
Прием детей, свободная игра	1:00	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>
Утренняя гимнастика	0:10	8 <sup>00</sup>	8 <sup>10</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0:30	8 <sup>10</sup>	8 <sup>40</sup>
<i>Утренний круг</i>	0:20	8 <sup>40</sup>	9 <sup>00</sup>
Игры, кружки, НОД занятия со специалистами	1:00	9 <sup>00</sup>	10 <sup>10</sup>
Второй завтрак	0:10	9 <sup>30</sup>	9 <sup>40</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	2:00	10 <sup>10</sup>	12 <sup>10</sup>
Возвращение с прогулки, игры, занятия	0:20	12 <sup>10</sup>	12 <sup>30</sup>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0:40	12 <sup>30</sup>	13 <sup>10</sup>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:00	13 <sup>10</sup>	15 <sup>10</sup>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:10	15 <sup>10</sup>	15 <sup>20</sup>
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15 <sup>20</sup>	15 <sup>40</sup>
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1:00	15 <sup>50</sup>	16 <sup>40</sup>
Подготовка к ужину, ужин	0:20	16 <sup>40</sup>	17 <sup>00</sup>
<i>Вечерний круг</i>	0:10	17 <sup>00</sup>	17 <sup>10</sup>
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа	0:50	17 <sup>10</sup>	18 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	1:00	18 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>

**Досуги, развлечения – 1 раз в неделю, во второй половине дня**  
**Физкультурный досуг – 1 раз в месяц**



«УТВЕРЖДАЮ»

заведующая МДОУ «Детский сад  
№14 «Золушка»

Тихонова З.И.

2020г.

### Режим дня в подготовительной группе (6-7 лет) холодный период

Режимный момент	Длительность	начало	окончание
Прием детей, свободная игра	1:00	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>
Утренняя гимнастика	0:10	8 <sup>00</sup>	8 <sup>10</sup>
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0:30	8 <sup>10</sup>	8 <sup>40</sup>
<i>Утренний круг</i>	0:20	8 <sup>40</sup>	9 <sup>00</sup>
Игры, кружки, НОД занятия со специалистами	1:00	9 <sup>00</sup>	10 <sup>20</sup>
Второй завтрак	0:10	9 <sup>30</sup>	9 <sup>40</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка	2:00	10 <sup>20</sup>	12 <sup>20</sup>
Возвращение с прогулки, игры, занятия	0:20	12 <sup>20</sup>	12 <sup>30</sup>
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0:40	12 <sup>30</sup>	13 <sup>10</sup>
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2:00	13 <sup>10</sup>	15 <sup>10</sup>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0:20	15 <sup>10</sup>	15 <sup>30</sup>
Подготовка к полднику, полдник	0:20	15 <sup>30</sup>	15 <sup>50</sup>
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1:00	15 <sup>50</sup>	16 <sup>40</sup>
Подготовка к ужину, ужин	0:20	16 <sup>40</sup>	17 <sup>00</sup>
<i>Вечерний круг</i>	0:10	17 <sup>00</sup>	17 <sup>10</sup>
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа	0:50	17 <sup>10</sup>	18 <sup>00</sup>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	1:00	18 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
Досуги, развлечения – 1 раз в неделю, во второй половине дня			
Физкультурный досуг – 1 раз в месяц			