

Режим дня
в младшей группе
«Ромашка»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.45-7.55
Подготовка к завтраку	7.55-8.10
Завтрак	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.45
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.45-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.55
Подготовка к обеду Обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.30
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
в младшей группе
«Цыплята»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.45-7.55
Подготовка к завтраку	7.55-8.10
Завтрак	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.45
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.45-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.55
Подготовка к обеду Обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.30
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
во второй группе
раннего возраста «Звездочка»
(на холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.25
Самостоятельная деятельность, подготовка к организованной детской деятельности	8.25-8.30
Организованная детская деятельность с перерывами	8.30-9.10
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.10-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.50
Подготовка к обеду Обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Организованная детская деятельность с перерывами	15.30-16.00
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.00-16.35
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
во второй группе
раннего возраста «Ягодка»
(на холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.25
Самостоятельная деятельность, подготовка к организованной детской деятельности	8.25-8.30
Организованная детская деятельность с перерывами	8.30-9.10
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.10-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.50
Подготовка к обеду Обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, гимнастика	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Организованная детская деятельность с перерывами	15.30-16.00
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.00-16.35
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
в младшей группе
«Теремок»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.45-7.55
Подготовка к завтраку	7.55-8.10
Завтрак	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.45
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.45-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.55
Подготовка к обеду Обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.30
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
в младшей группе
«Зайчата»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	7.45-7.55
Подготовка к завтраку	7.55-8.10
Завтрак	8.10-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.45
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.45-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.55
Подготовка к обеду Обед	11.55-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.30
Уплотненный полдник	16.35-17.05
Игры, прогулка, уход домой	17.05-19.00

Режим дня
в средней группе
«Любознайка»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.15-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.50-10.20
Прогулка	10.20-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.40
Уплотненный полдник	16.40-17.10
Игры, прогулка, уход домой	17.10-19.00

Режим дня
в средней группе
«Рябинушка»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.15-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.50-10.20
Прогулка	10.20-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.40
Уплотненный полдник	16.40-17.10
Игры, прогулка, уход домой	17.10-19.00

Режим дня
в средней группе
«Подсолнушки»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.15-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.40-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-9.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.50-10.20
Прогулка	10.20-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.15-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.25-16.40
Уплотненный полдник	16.40-17.10
Игры, прогулка, уход домой	17.10-19.00

Режим дня
в старшей группе
«Воробушки»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.35
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	10.35-10.55
Прогулка	10.55-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20-12.40
Подготовка к обеду Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.10
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.10-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Режим дня
в старшей группе
«Гномики»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.35
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	10.35-10.55
Прогулка	10.55-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20-12.40
Подготовка к обеду Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.10
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.10-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Утверждено приказом МБДОУ №122
№ О-157 от 27.08.2020

Режим дня
в старшей группе
«Одуванчики»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.35
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	10.35-10.55
Прогулка	10.55-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.20-12.40
Подготовка к обеду Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.10
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.10-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Режим дня
в подготовительной группе
«Пчелка»
(холодный период)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке	10.50-11.00
Прогулка	11.00-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40-12.50
Подготовка к обеду Обед	12.50-13.15
Подготовка ко сну, сон	13.15-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.15
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.15-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Режим дня
в подготовительной группе
«Колокольчики»
(холодный период)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке	10.50-11.00
Прогулка	11.00-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40-12.50
Подготовка к обеду Обед	12.50-13.15
Подготовка ко сну, сон	13.15-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.15
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.15-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Режим дня
в подготовительной группе
«Солнышко»
(холодный период)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, игры	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к НОД	8.45-9.00
Образовательная деятельность с перерывами	9.00-10.50
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке	10.50-11.00
Прогулка	11.00-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40-12.50
Подготовка к обеду Обед	12.50-13.15
Подготовка ко сну, сон	13.15-15.00
Подъем, гимнастика	15.00-15.25
Подготовка к НОД	15.25-15.45
Образовательная деятельность	15.45-16.15
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	16.15-16.45
Уплотненный полдник	16.45-17.15
Игры, прогулка, уход домой	17.15-19.00

Режим дня
в группе кратковременного пребывания
«Капелька»
(холодный период)

Содержание	Время
Приход детей в детский сад, осмотр, игры	7.30-8.00
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к организованной детской деятельности	8.00-8.30
Организованная детская деятельность с перерывами	8.30-9.10
Самостоятельные игры, подготовка к прогулке, второй завтрак	9.10-10.00
Прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.50
Подготовка к обеду. Обед. Уход домой	11.50-12.30