

Т
«ПРИНЯТО»
на Педагогическом совете
от 01.09. 2025 года
протокол №1

«УТВЕРЖДЕНО»
Заведующий МАДОУ
«Детский сад №316»

Г.Н.Кашапова
Приказ У/В № 15 от 01.09. 2025г.

Режим дня на холодный период года на 2025-2026 учебный год

Режимный момент	Раннего гр.1 от 2 до 3 лет	Мл., ср. гр.№2 от 3 до 5 лет	Ст. гр.№3 от 5 до 6 лет	Подг.гр.№4 от 6 до 7 лет	Ст. гр.№5 от 5 до 6 лет	Разновоз.гр.№6 от 4 до 7 лет	Разновоз.гр.№7 от 4 до 7 лет
Утренний прием, игры	07.30 – 08.20	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00
Утренняя гимнастика	08.20 -08.30	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Утренний круг			08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00	08.10-08.40	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ОД	09.00 – 09.55	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00
ЗАНЯТИЯ (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.55 – 10.05	09.00-09.20(15)* 09.30-09.50(45)*	09.00-09.25 09.35-10.00	09.00-09.25 09.35-10.00 11.50–12.15	09.00-09.25 09.35-10.00	09.00-09.25(20)* 09.35-10.00(55)* 10.10-10.35(30)*	09.00-09.25(20)* 09.35-10.00(55)* 10.10-10.35(30)*
Продолжительность занятий в первой половине дня	10	40(30)	40	75	50	75(40)	75(40)
Общая продолжительность занятий	20	40(30)	40	75	75	75(40)	75(40)
2 завтрак	10.05 – 10.15	09.50 -10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.15 – 11.30	10.00 -11.30	10.10-12.00	10.10-11.50	10.10-12.10	10.35-12.05	10.35-12.05
Длительность 1 -й прогулки	75	90	120	100	120	90	90
Самостоятельная деятельность, игры детей							
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00	12.00-12.30	12.15-12.45	12.10-12.40	12.05-12.30	12.05-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00	12.30-15.00	12.45-15.15	12.40 -15.10	12.35-15.05	12.35-15.05
Дневной сон	3 часа	3 часа	2часа 30мин.	2часа 30мин.	2часа 30 мин.	2часа 30мин.	2часа 30мин.
Подъем, пробуждающая гимнастика, подготовка к полднику, полдник	15.00 -15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.15-15.45	15.10-15.40	15.05-15.30	15.05-15.30
Занятия во второй половине дня	15.30 – 15.40(50) ПГ		15.30-15.55		15.40-16.05		
Игры, досуги, общение по интересам и выбору детей, ЧХЛ, ДПОУ	15.50 -16.30	15.30-15.50		15.45-16.05		15.30-15.50	15.30-15.50
Вечерний круг		15.50-16.00	15.55-16.05	16.05–16.15	16.05-16.15	15.50-16.00	15.50-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.30 -17.00	16.00-16.30	16.05–16.30	16.15-16.40	16.15-16.45	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 -18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.40-18.00	16.45-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
Длительность 2-й прогулки	60	90	90	80	75	90	90
Общая продолжительность прогулки	135	180	210	180	195	180	180
В соответствии с СП 2.4.3648-20	180	180	180	180	180	180	180
Дома							
Прогулка	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00
Спокойные игры. Гигиенические процедуры	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Укладывание. Ночной сон. В соответствии с СП 2.4.3648-20	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00

	Подг. гр.№8 от 6 до 7 лет	Подг. гр.№9 от 6 до 7 лет	Разновоз.гр.№10 от 5 до 7 лет	Подг. гр.№11 от 6 до 7 лет
Утренний прием, игры, утренний круг	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Утренний круг	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50	08.10-08.40
Игры, досуги, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ОД.	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00
ЗАНЯТИЯ (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.00-09.25 09.35-10.00 11.50–12.15	09.00-09.25 09.35-10.00 10.10-10.35	09.00-09.25 11.15-11.40	09.00-09.20(15)* 09.30-09.50(45)*
Продолжительность занятий в первой половине дня	75	75	50	40(30)
Общая продолжительность занятий	75	75	75	40(30)
2 завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	09.35-09.45	09.50 -10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10-11.50	10.35-12.05	09.45-11.15	10.00 -11.30
Длительность 1 -й прогулки	100	90	90	90
Самостоятельная деятельность, игры детей			11.40-12.00	
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	12.05-12.35	12.00-12.30	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.35-15.05	12.30-15.00	12.00 – 15.00
Дневной сон	2 часа 30мин.	2 часа 30мин.	2 часа 30мин.	3 часа
Подъем, пробуждающая гимнастика, воздушные, подготовка к полднику, полдник	15.15-15.45	15.05-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Занятия во второй половине дня			15.30 –15.55	
Игры, досуги, общение по интересам и выбору детей, ЧХЛ, ДПОУ	15.45-16.05	15.30-15.50		15.30-15.50
Вечерний круг	16.05–16.15	15.50-16.00	15.55-16.05	15.50-16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.40	16.00-16.30	16.05-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.40-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
Длительность 2-й прогулки	80	90	90	90
Общая продолжительность прогулки	180	180	180	180
В соответствии с СП 2.4.3648-20	180	180	180	180
Дома				
Прогулка	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00
Спокойные игры. Гигиенические процедуры	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Укладывание. Ночной сон. В соответствии с СП 2.4.3648-20	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00	20.00-07.00

