

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р. Мавляутдинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе «Ландыш»
на 2025-2026 год**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.10	1 ч.10 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика(не менее 10 минут)	7.10-7.50	40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-9.00	40мин
Занятия (по подгруппам)	ПН 9.00-9.10(I)	25мин (занятие не более 10 минут, с перерывом 10 мин)
	9.20-9.30(II)	
	10.00-10.10	
	ВТ,СР,ЧТ 9.00-9.10(I)	
	9.20-9.30(II)	
	ПТ 8.50-9.00	
Подготовка к второму завтраку	9.30-9.35	5мин
Второй завтрак	9.35-9.45	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с),возвращение с прогулки	ПН 9.45-11.30	1 час 45мин
	10.10-11.30	1 час20 мин
Подготовка к обеду, обед	1130-12.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Занятия	Вторник, среда, четверг 15.30-15.40	10 мин (занятие не более 10 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.45-16.05	20 мин
Прогулка, самостоятельная, деятельность детей, уход детей домой	16.05-18.00	2 часа5 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
 Ч.Р. Мавляутдинова

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
 Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе «Подснежник»
на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.10	1 ч.10 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика(не менее 10 минут)	7.10-7.50	40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-9.00	40мин
Занятия (по подгруппам)	ПН 9.00-9.10(I) 9.20-9.30(II) 9.40-9.50 ВТ 9.10- 9:20 СР.ЧТ 9.00-9.10(I) 9:20- 9:30 (II) ПТ 9.00-9.10(I) 9:20- 9:30 (II) 9.40-9.50	25мин (занятие не более 10 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку	9.30-9.35	5мин
Второй завтрак	9.35-9.45	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с),возвращение с прогулки	9.45-11.30 ПН 10.10-11.30	1 час 45мин 1 час20 мин
Подготовка к обеду, обед	11:30-12.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Занятия	<i>Вторник, среда, четверг</i> ВТ 15:25- 15:35 15:45- 15:55 СР .ЧТ 15.30-15.40	10 мин (занятие не более 10 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.45-16.05	20 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.05-18.00	2 часа5 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р. Мавляутдинова

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе «Фиалка»
на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.10	1 ч.10 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика(не менее 10 минут)	7.10-7.50	40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-9.00	40мин
Занятия (по подгруппам)	ПН 9.00-9.10(I) 9.20-9.30(II) 10.00-10.10 ВТ,СР,ЧТ 9.00-9.10(I) 9.20-9.30(II) ПТ 8.50-9.00 9.10-9.20(I) 9.30-9.40(II)	25мин (занятие не более 10 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку	9.30-9.35	5мин
Второй завтрак	9.35-9.45	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с),возвращение с прогулки	9.45-11.30 ПН 10.10-11.30	1 час 45мин 1 час 20 мин
Подготовка к обеду, обед	1130-12.00	30 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Занятия	<i>Вторник, среда, четверг</i> 15.30-15.40	10 мин (занятие не более 10 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-15.45	15 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.45-16.05	20 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.05-18.00	2 часа 5 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р.Мавляутинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
во II младшей группе «Гвоздика»
на 2025-2026 учебный год**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.10	1 час 10 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 5 минут)	7.10-7.50	40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-9.00	40 мин
Занятия	ПН 8.40-8.55 (I), 9.40-9.55 (II) ВТ 8.40-8.55 (I) СР, ПТ 8.40-8.55 (I), 9.10-9.25 (II) ЧТ 8.40-8.55 (I), 9.15-9.30 (II)	15 мин (занятие не более 15 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка ко второму завтраку, гигиенические процедуры	9.20-9.30	10 мин
Второй завтрак	9.30-9.40	10 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с), возвращение с прогулки	ПН, 9.55-11.35 ВТ, СР, ЧТ, ПТ 9.40-11.35	1 час 40 мин 1 час 55 мин
Подготовка к обеду, обед	11.35-12.00	25 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Занятия	Вторник 15.30-15.45	15 мин (занятие не более 15 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	ПН, СР, ЧТ, ПТ 15.30-15.50 ВТ 15.45-15.50	20 мин 5 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.50-16.10	20 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.10-18.00	1 час 50 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р. Мавляутдинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года в средней группе
«Василек» на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.10	1 ч
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 5 минут)	7.00-7.50	50 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-8.40	20мин
Занятия	ПН 8.40-9.00, 9.10-9.30 ВТ 8.40-9.00(I), 9.05-9.25(II) 9.40-10.00 СР 9.10-9.30, 9.40-10.00 ЧТ 8.40-9.00, 10.40-11.00 ПТ 9.00-9.20, 10.20-10.40	20мин (занятие не более 20 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку, гигиенические процедуры	ПН, ВТ 9.30-9.40 СР, ПТ,	10мин
Второй завтрак	9.40-9.50	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с), возвращение с прогулки	ПН 9.50-11.40 ВТ, 10.20-11.40 СР 10.20- 11.40 ЧТ 9.20- 10.20 ПТ 11.00 -11.40	1ч 50мин 1ч 20 мин 1ч 20мин 1ч 00мин 40мин
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-15.50	20 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.50-16.05	15 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.05-18.00	1 часа 55 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р. Мавляутдинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года в средней группе
«Одуванчик» на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-7.00	1 ч
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 5 минут)	7.00-7.50	50 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.20	30 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-8.40	20мин
Занятия	ПН 8.40-9.00, 9.10-9.30 ВТ 8.40-9.00(I), 9.10-9.30(II) СР 8.40-9.00, 9.10-9.30 ЧТ 8.40-9.00, 9.10-9.30 ПТ 8.40-9.00, 9.05-9.25	20мин (занятие не более 20 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку, гигиенические процедуры	ПН, ВТ 9.30-9.40 СР, ПТ,	10мин
Второй завтрак	9.40-9.50	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с), возвращение с прогулки	ПН 9.50-11.40 ВТ 9.50-11.40 СР 9.50 - 11.40 ЧТ 9.50 - 11.40 ПТ 9.50 - 11.40	1ч 50мин 1ч 20 мин 1ч 20мин 1ч 00мин 40мин
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 часа
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-15.50	20 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.50-16.05	15 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.05-18.00	1 часа 55 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р. Мавляутдинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе «Незабудка»
на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-6.30	30 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30-8.05	1 ч 35 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.20	15 мин
Игры подготовка к занятиям	8.20-8.40	15 мин
Занятия (по подгруппам)	ПН 8.40-9.05, 11.30-11.55, 9.40-10.05 ВТ 8.40-9.05, 9.15-9.40, 10.00-10.25 СР 8.40-9.05, 9.15-9.40, 10.10-10.35 ЧТ 8.40-9.05, 9.15-9.40, 10.00-10.25(I) ПТ 8.40-9.05, 9.15-9.40, 10.00-10.25(I) 10.35.-11.00(II)	25 мин (занятие не более 25 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку	9.45-9.50	5 мин
Второй завтрак	9.45-10.00	5 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с).возвращение с прогулки	ПН 10.05-11.30 ВТ 10.25-12.00 СР 10.35-12.00 ЧТ 10.00-12.00 ПТ 11.00-11.55	1 час 25 мин 1 час 35 мин 1 час 25 мин 2 часа 55 мин
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.15	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	2 часа 45 мин
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.30	30 мин
Занятия	вторник 15.30-15.55	25 мин (занятие не более 25 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	ПН,ВТ. 15.30-16.00 СР,ЧТ 15.30-16.00 ВТ 15.55-16.00	30 мин 30 мин 5 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.00-16.20	20 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.20-18.00	1 час 40 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч.Р.Мавляутдинова

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в подготовительной группе «Ромашка»
на 2025-2026**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-6.30	30 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30-8.10	1 ч 40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.25	15 мин
Игры подготовка к занятиям	8.25-8.40	15 мин
Занятия (по подгруппам)	ПН 8.40-9.10, 9.20-9.50 ВТ 8.40-9.10, 9.20-9.50, 10.10-10.40 СР 8.40-9.10, 9.20-9.50, 10.10-10.40 ЧТ 8.40-9.10, 9.20-9.50, 10.40-11.10 ПТ 8.40-9.10, 9.20-9.50	30 мин (занятие не более 30 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку	9.50-9.55	5 мин
Второй завтрак	9.55-10.00	5 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с), возвращение с прогулки	ПН 10.00-12.00 ВТ 11.00-12.00 СР 11.00-12.00 ПТ 10.00-12.00	2 часа 1 час 1 час 50 мин
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.15	15 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	2 часа 45 мин
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20 мин
Занятия	Среда 15.20-15.50	30 мин (занятие не более 30 минут, с перерывом 10 мин)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.30-16.05	35 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.05-16.20	15 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.20-18.00	1 час 40 мин

Согласовано
Старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Ч. Р. Мавляутдинова



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Дюймовочка»
Т.Г. Королева

**Режим дня на холодный период года
в подготовительной группе «Колокольчик»
на 2025-2026 год**

Режимные моменты	Время	Продолжительность
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	6.00-6.30	30 мин
Утренняя прогулка, возвращение с прогулки, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	6.30-8.10	1 ч 40 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.25	15 мин
Игры подготовка к занятиям	8.25-8.40	15 мин
Занятия (по подгруппам)	ПН, ВТ 8.40-9.10, 9.20-9.50, 10.20-10.50 СР 8.40-9.10, 9.20-9.50, 11.20-11.50 ЧТ 8.40-9.10, 9.20-9.50 (I) 10.00-10.30 (II) 11.00-11.30 (II) ПТ 8.40-9.10, 10.00-10.30	30 мин (занятие не более 30 минут, с перерывом 10 мин)
Подготовка к второму завтраку	9.50-9.55	5 мин
Второй завтрак	9.55-10.00	5 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность) (при t- выше 15С и скорости ветра более 15 м/с), возвращение с прогулки	ПН, ВТ 10.50-12.00 СР 10.00-12.00 ПТ 10.30-12.00	1 час 10 мин 2 часа 1 час 30 мин
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.15	15 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	2 часа 45 мин
Постепенный подъем, закаливание, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20 мин
Занятия	Вторник 15.20-15.50	30 мин (занятие не более 30 минут)
Игры, труд, совместная деятельность воспитателя с детьми	15.50-16.05	15 мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.05-16.20	15 мин
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.20-18.00	1 час 40 мин