ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:

Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
первой группы раннего возраста (от 2 до 3 лет)
общеразвивающей направленности №12 «Непоседы» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке <i>ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)</i>	07.00-08.00	60 мин	
<i>ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)</i>	08.00-08.10	10 мин	
<i>СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры</i>	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
<i>СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию</i>	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	09.00-09.10	10 мин	
<i>СД: динамическая пауза, игра</i>	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	09.20-09.30	10 мин	
<i>СД: игра, гигиенические процедуры</i>	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
<i>СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры</i>	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки <i>ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)</i>	10.00-11.10	70 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду</i>	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну</i>	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику <i>ДА: гимнастика пробуждения (5мин)</i>	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию</i>	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	16.00-16.10	10 мин	
<i>СД: динамическая пауза</i>	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	16.20-16.30	10 мин	
<i>СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры</i>	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой <i>ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)</i>	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД- самостоятельная,	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)	совместная деятельность	

Режим дня в группе детей от 1,5 до 2 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
первой группы раннего возраста (от 2- 3 лет)
общеразвивающей направленности №13 «Солнышко» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.10	10 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.20-09.30	10 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.00-11.10	70 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.00-16.10	10 мин	
СД: динамическая пауза	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.20-16.30	10 мин	
СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей от 1,5 до 2 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:

Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
первой группы раннего возраста (от 2- 3 лет)
общеразвивающей направленности №14 «Бусинки» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.10	10 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.20-09.30	10 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.00-11.10	70 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.00-16.10	10 мин	
СД: динамическая пауза	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.20-16.30	10 мин	
СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей от 1,5 до 2 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
второй группы раннего возраста (от 1,5 до 2 лет)
общеразвивающей направленности №3 «Колокольчики» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.10	10 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.20-09.30	10 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.00-11.10	70 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.00-16.10	10 мин	
СД: динамическая пауза	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.20-16.30	10 мин	
СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД- самостоятельная,	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)	совместная деятельность	

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:

Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
второй группы раннего возраста (от 2 до 3 лет)
общеразвивающей направленности №8 «Гномики» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке <i>ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)</i>	07.00-08.00	60 мин	
<i>ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)</i>	08.00-08.10	10 мин	
<i>СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры</i>	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
<i>СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию</i>	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	09.00-09.10	10 мин	
<i>СД: динамическая пауза, игра</i>	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	09.20-09.30	10 мин	
<i>СД: игра, гигиенические процедуры</i>	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
<i>СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры</i>	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки <i>ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)</i>	10.00-11.10	70 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду</i>	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну</i>	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику <i>ДА: гимнастика пробуждения (5мин)</i>	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
<i>СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию</i>	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	16.00-16.10	10 мин	
<i>СД: динамическая пауза</i>	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. <i>ДА: физкультминутка (2,5 мин)</i>	16.20-16.30	10 мин	
<i>СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры</i>	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой <i>ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)</i>	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФООП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
второй группы раннего возраста (от 1,5 до 2 лет)
общеразвивающей направленности № 15 «Ягодки» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.20	10 мин	
Завтрак	08.20-08.50	30 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.10	10 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.10-09.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.20-09.30	10 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры	09.30-09.40	10 мин	
Второй завтрак	09.40-09.50	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	09.50-10.00	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.00-11.10	70 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.10-11.20	10 мин	
Обед	11.20-11.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	11.50-12.00	10 мин	
Сон	12.00-15.00	180 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.00-15.20	20 мин	
Уплотнённый полдник	15.20-15.40	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к занятию	15.40-16.00	20 мин	
Занятие - 1 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.00-16.10	10 мин	
СД: динамическая пауза	16.10-16.20	10 мин	
Занятие -2 подгр. ДА: физкультминутка (2,5 мин)	16.20-16.30	10 мин	
СД: индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.30-17.00	30 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (15 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	20 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 10 мин (190 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	3 ч (180 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	4 ч (240 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей от 2 до 3 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
младшей группы (от 3 до 4 лет)
общеразвивающей направленности № 4 «Смешарики» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.25	15 мин	
Завтрак	08.25-08.50	25 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.15	15 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.15-09.25	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.25-09.40	15 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	09.40-10.00	20 мин	
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.10-10.20	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.20-11.35	75 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.35-11.45	10 мин	
Обед	11.45-12.10	25 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10-12.20	10 мин	
Сон	12.20-15.00	160 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5 мин)	15.00-15.25	25 мин	
Уплотнённый полдник	15.25-15.45	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10 мин)	15.45-16.40	55 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин	
занятия	30 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 25 мин (205 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 40 мин (160 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	3 ч 55 мин (235 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей 3-4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
младшей группы (от 3 до 4 лет)
общеразвивающей направленности № 17 «Семицветик» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.25	15 мин	
Завтрак	08.25-08.50	25 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.15	15 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.15-09.25	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.25-09.40	15 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	09.40-10.00	20 мин	
Второй завтрак	10.00-10.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.10-10.20	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.20-11.35	75 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.35-11.45	10 мин	
Обед	11.45-12.10	25 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10-12.20	10 мин	
Сон	12.20-15.00	160 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5 мин)	15.00-15.25	25 мин	
Уплотнённый полдник	15.25-15.45	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10 мин)	15.45-16.40	55 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин	
занятия	30 мин	прием пищи	1 ч 20 мин (80 мин)
прогулка	3 ч 25 мин (205 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 40 мин (160 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	3 ч 55 мин (235 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
средней группы (от 4 до 5 лет)
общеразвивающей направленности № 5 «Ромашки» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.30	20 мин
Завтрак	08.30-08.50	20 мин
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.20	20 мин
СД: динамическая пауза, игра	09.20-09.30	10 мин
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.30-09.50	20 мин
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	09.50-10.05	15 мин
Второй завтрак	10.05-10.15	10 мин
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.15-10.25	10 мин
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.25-11.35	75 мин
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.35-11.45	10 мин
Обед	11.45-12.10	25 мин
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10-12.20	10 мин
Сон	12.20-15.00	160 минут
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5 мин)	15.00-15.30	25 мин
Уплотнённый полдник	15.30-15.50	20 мин
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10 мин)	15.50-16.40	50 мин
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин
занятия	40 мин	прием пищи
прогулка	3 ч 25 мин (205 мин)	утренняя зарядка
сон	2 ч 40 мин (160 мин)	СД-самостоятельная, совместная
ВСЕГО	12 ч (720 мин)	деятельность
		1 ч 15 мин (75 мин)
		10 мин
		3 ч 50 мин (230 мин)

Режим дня в группе детей 3-4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
средней группы (от 4 до 5 лет)
общеразвивающей направленности № 16 «Пчёлки» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.00	60 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.00-08.10	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.10-08.30	20 мин	
Завтрак	08.30-08.50	20 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.20	20 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.20-09.30	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.30-09.50	20 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	09.50-10.05	15 мин	
Второй завтрак	10.05-10.15	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.15-10.25	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём (15 мин)	10.25-11.35	75 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.35-11.45	10 мин	
Обед	11.45-12.10	25 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10-12.20	10 мин	
Сон	12.20-15.00	160 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к полднику ДА: гимнастика пробуждения (5 мин)	15.00-15.30	25 мин	
Уплотнённый полдник	15.30-15.50	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10 мин)	15.50-16.40	50 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин	
занятия	40 мин	прием пищи	1 ч 15 мин (75 мин)
прогулка	3 ч 25 мин (205 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 40 мин (160 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	3 ч 50 мин (230 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей 3-4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
 Решением Педагогического совета
 Образовательного учреждения
 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующим ГБДОУ д/с № 21
 _____ Т.О. Петрова
 Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
 Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
старшей группы (от 5 до 6 лет)
общеразвивающей направленности № 6 «Радуга» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.10	70 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.10-08.20	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.20-08.35	15 мин	
Завтрак	08.35-08.50	15 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.25	25 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.25-09.35	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.35-10.00	25 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	10.00-10.10	10 мин	
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.20-10.30	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём, игры-соревнования (15 мин)	10.30-11.50	80 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.50-12.00	10 мин	
Обед	12.00-12.20	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.20-12.30	10 мин	
Сон	12.30-15.00	150 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к занятию ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.00-15.15	15 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	15.15-15.40	25 мин	
Подготовка к полднику	15.40-15.45	5 мин	
Уплотнённый полдник	15.45-16.00	15 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10мин)	16.00-16.50	50 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.50-17.00	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	1 ч 15 мин (75 мин)	прием пищи	1 ч (60 мин)
прогулка	3 ч 20 мин (200 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 30 мин (150 мин)	СД-самостоятельная, совместная	3 ч 45 мин (225 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)	деятельность	

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчас раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:

Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
старшей группы (от 5 до 6 лет)
общеразвивающей направленности № 18 «Фиксики» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.10	70 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.10-08.20	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.20-08.35	15 мин	
Завтрак	08.35-08.50	15 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.50-09.00	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.25	25 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.25-09.35	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.35-10.00	25 мин	
СД: игра, гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	10.00-10.10	10 мин	
Второй завтрак	10.10-10.20	10 мин	
СД: игра, подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	10.20-10.30	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём, игры-соревнования (15 мин)	10.30-11.50	80 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	11.50-12.00	10 мин	
Обед	12.00-12.20	20 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.20-12.30	10 мин	
Сон	12.30-15.00	150 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к занятию ДА: гимнастика пробуждения (5 мин)	15.00-15.15	15 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	15.15-15.40	25 мин	
Подготовка к полднику	15.40-15.45	5 мин	
Уплотнённый полдник	15.45-16.00	15 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10 мин)	16.00-16.50	50 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.50-17.00	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	17.00-19.00	120 мин	
занятия	1 ч 15 мин (75 мин)	прием пищи	1 ч (60 мин)
прогулка	3 ч 20 мин (200 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 30 мин (150 мин)	СД-самостоятельная, совместная	3 ч 45 мин (225 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)	деятельность	

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)
общеразвивающей направленности № 10 «Звёздочка» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.20	80 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.20-08.30	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.30-08.40	10 мин	
Завтрак	08.40-08.55	15 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.55-09.00	5 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.30	30 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.30-09.40	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.40-10.10	30 мин	
СД: динамическая пауза, игра	10.10-10.20	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	10.20-10.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	10.50-10.55	5 мин	
Второй завтрак	10.55-11.05	10 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	11.05-11.15	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём, игры-соревнования (15 мин)	11.15-12.05	55 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.05-12.10	5 мин	
Обед	12.10-12.30	15 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.30-12.35	5 мин	
Сон	12.35-15.05	150 минут	
Постепенный подъём, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к занятию ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.05-15.15	10 мин	
Занятие/ СД: индивидуальные занятия, ДА: физкультминутка (2,5 мин)	15.15-15.45	30 мин	
Подготовка к полднику	15.45-15.50	5 мин	
Уплотнённый полдник	15.50-16.00	10 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10мин)	16.00-16.40	40 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин	
занятия	1ч 30 мин (90 мин)	прием пищи	50 мин
прогулка	3 ч 5 мин (185 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 30 мин (150 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	3 ч 55 мин (235 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Но не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ д/с № 21
Т.О. Петрова
Приказ от 28.08.2025 г. № 103 - ОД

Согласовано:
Врач _____ Фаткадынова Я.В.

Режим дня
подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)
общеразвивающей направленности № 19 «Капельки» (холодное время)

Режимный момент	Время	Затраченное время	
Утренний прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к зарядке ДА: самостоятельная двигательная деятельность (10 мин)	07.00-08.20	80 мин	
ДА: утренняя зарядка (проводится в групповом помещении)	08.20-08.30	10 мин	
СД: игра, подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.30-08.40	10 мин	
Завтрак	08.40-08.55	15 мин	
СД: игры, гигиенические процедуры, подготовка к занятию	08.55-09.00	5 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.00-09.30	30 мин	
СД: динамическая пауза, игра	09.30-09.40	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	09.40-10.10	30 мин	
СД: динамическая пауза, игра	10.10-10.20	10 мин	
Занятие ДА: физкультминутка (2,5 мин)	10.20-10.50	30 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку)	10.50-10.55	5 мин	
Второй завтрак	10.55-11.05	10 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	11.05-11.15	10 мин	
Прогулка, возвращение с прогулки ДА: подвижные и малоподвижные игры со спортивным инвентарём, игры-соревнования (15 мин)	11.15-12.05	55 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.05-12.10	5 мин	
Обед	12.10-12.30	15 мин	
СД: гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.30-12.35	5 мин	
Сон	12.35-15.05	150 минут	
Постепенный подъем, закаливающие, гигиенические процедуры, подготовка к занятию ДА: гимнастика пробуждения (5мин)	15.05-15.15	10 мин	
Занятие/ СД: индивидуальные занятия, ДА: физкультминутка (2,5 мин)	15.15-15.45	30 мин	
Подготовка к полднику	15.45-15.50	5 мин	
Уплотнённый полдник	15.50-16.00	10 мин	
СД: гигиенические процедуры, индивидуальные занятия, чтение художественной литературы, игры ДА: самостоятельная двигательная-игровая деятельность (10мин)	16.00-16.40	40 мин	
СД: подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.40-16.50	10 мин	
Прогулка, уход детей домой ДА: подвижные и малоподвижные игры (10 мин)	16.50-19.00	130 мин	
занятия	1ч 30 мин (90 мин)	прием пищи	50 мин
прогулка	3 ч 5 мин (185 мин)	утренняя зарядка	10 мин
сон	2 ч 30 мин (150 мин)	СД-самостоятельная, совместная деятельность	3 ч 55 мин (235 мин)
ВСЕГО	12 ч (720 мин)		

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается. Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать однократно. Сон не менее трех часов в день, так как в группе есть дети трех лет. Детей от четырех лет можете поднимать на полчаса раньше (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).