

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад № 462 г. Челябинска

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ  
М.К. Ипатьева  
Приказ от 26.08.2026 г. № 140-у

**РЕЖИМ ДНЯ**  
холодный период 2026-2027 учебный год

| Режимные моменты                                                                                                                                                                           | Разнов. гр.<br>раннего возр. | 2 младшая<br>группа | Средняя<br>группа | Разновозрастная<br>группа (5-7) | Старшая группа | Подготовительная<br>к школе<br>группа |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------------|---------------------------------|----------------|---------------------------------------|
| Утренний прием (осмотр, совместная и самостоятельная деятельность), пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика                                             | 7.00 – 8.00                  | 7.00 - 8.00         | 7.00 - 8.00       | 7.00 - 8.00                     | 7.00 - 8.00    | 7.00 - 8.00                           |
| Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                        | 8.00 – 8.10                  | 8.00 - 8.10         | 8.00 - 8.30       | 8.20 - 8.30                     | 8.20 - 8.30    | 8.20 - 8.30                           |
| КГН. Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)                                                                                                     | 8.10 – 8.35                  | 8.10 - 8.30         | 8.30 - 8.45       | 8.30 - 8.50                     | 8.30 - 8.50    | 8.30 - 8.50                           |
| Самостоятельная деятельность детей, совместная образовательная деятельность взрослого и детей, двигательная активность                                                                     | 8.35 – 8.45                  | 8.30 - 8.50         | 8.45 - 8.50       | 8.00 – 8.20                     | 8.00 – 8.20    | 8.00 - 8.20                           |
| Занятия (перерывы 10 мин.), физминутки                                                                                                                                                     | 8.45 - 9.40                  | 8.50 - 9.40         | 8.50 - 10.10      | 8.50 - 11.00                    | 8.50 - 10.55   | 8.50 – 11.10                          |
| Второй завтрак                                                                                                                                                                             | 9.40 – 9.50                  | 9.40 – 10.00        | 9.40 – 10.00      | 10.10 – 10.20                   | 10.00 - 10.30  | 10.00 - 10.20                         |
| Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность), подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная двигательная активность | 9.50 – 11.00                 | 10.00 - 11.30       | 10.10 - 11.40     | 11.00 - 11.50                   | 10.55 - 11.50  | 11.10 - 12.00                         |
| Возвращение с прогулки                                                                                                                                                                     | 11.00 - 11.20                | 11.30 – 11.50       | 11.40 - 11.50     | 11.50 - 12.00                   | 11.50 - 12.00  | 12.00 -12.05                          |

| Режимные моменты                                                                                                                                                                                                                                   | Разнов. гр.<br>раннего возр. | 2 младшая<br>группа | Средняя<br>группа | Разновозрастная<br>группа (5-7) | Старшая группа | Подготовительная<br>к школе<br>группа |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------------|---------------------------------|----------------|---------------------------------------|
| Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)                                                                                                                                                                        | 11.20 - 11.50                | 11.50 - 12.20       | 11.50 - 12.20     | 12.00 - 12.25                   | 12.00 - 12.20  | 12.05 - 12.25                         |
| Подготовка ко сну, (образовательная деятельность в режимных моментах), сон                                                                                                                                                                         | 11.50 - 15.00                | 12.20 - 15.00       | 12.20 - 15.00     | 12.25 - 15.00                   | 12.20 - 15.00  | 12.25 - 15.00                         |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, корригирующая гимнастика, хождение по массажным дорожкам, закаливание                                                                                                                             | 15.00 - 15.10                | 15.00 - 15.10       | 15.00 - 15.10     | 15.00 - 15.10                   | 15.00 - 15.10  | 15.00 - 15.10                         |
| Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, совместная образовательная деятельность взрослого и детей, занятия, двигательная активность (перерывы 10 мин.)                                                                          | 15.10 - 16.10                | 15.10 - 16.20       | 15.10 - 16.25     | 15.10 - 16.25                   | 15.10 - 16.30  | 15.10 - 16.40                         |
| Подготовка к ужину (образовательная деятельность в режимных моментах), ужин                                                                                                                                                                        | 16.10 - 16.35                | 16.15 - 16.40       | 16.25-16.40       | 16.25-16.40                     | 16.30 - 16.50  | 16.40 - 17.00                         |
| Самостоятельная деятельность детей, совместная образовательная деятельность взрослого и детей, игры малой подвижности                                                                                                                              | 16.35 - 17.00                | 16.40 - 17.00       | 16.40-17.00       | 16.40-17.00                     | 16.50 - 17.00  | 17.00 -19.00                          |
| Подготовка к прогулке (образовательная деятельность в режимных моментах), прогулка, самостоятельная деятельность, подвижные игры, спортивные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа, работа с родителями, уход домой | 17.00 - 19.00                | 17.00 - 19.00       | 17.00-19.00       | 17.00-19.00                     | 17.00 - 19.00  |                                       |