

РАЗРАБОТАНО:
Старший воспитатель
МБДОУ с.Матвеевка
/ В.О.Мячина

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий
МБДОУ с.Матвеевка
/ Н.П.Землянская
Приказ № 310Д от 29.08.2025



М.П.

ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

с 01.09.2025 по 31.05.2026

Реализуется при благоприятных погодных условиях, в отсутствие карантина.

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА

Режимный момент	Возрастные группы			
	Группы раннего возраста (2-3 года) 2 группы	Группы среднего возраста (4-5 лет)	Группы старшего возраста (5-6 лет)	Группы подгот. к школе 1 возраста (6-7 лет)
ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ				
Прием детей, осмотр, свободная игра, индивидуальная работа.	7:30 – 8:00	7:30 – 8:00	7:30 – 8:00	7:30 – 8:00
Утренняя гимнастика	8:00 – 8:10/ 10 мин.	8:00 – 8:10/ 10 мин.	8:00 – 8:10/ 10 мин.	8:00 – 8:10/ 10 мин.
Утренний круг	-	8:10 – 8:20	8:10 – 8:20	8:10 – 8:20
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	8:20 – 8:30	8:20 – 8:30	8:20 – 8:30	8:20 – 8:30
Завтрак	8:30 – 8:50/ 20 мин.	8:30 – 8:50/ 20 мин.	8:30 – 8:50/ 20 мин.	8:30 – 8:50/ 20 мин.
Подготовка к проведению занятий. Общение детей по интересам.	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00
Занятие (1)	9:00 – 9:10/ 10 мин.	9:00 – 9:20/ 20 мин.	9:00 – 9:25/ 25 мин.	9:00 – 9:30/ 30 мин.
Динамическая пауза. Подготовка к следующему занятию.	9:10 – 9:20/ 10 мин.	9:20 – 9:30/ 10 мин.	9:25 – 9:35/ 10 мин.	9:30 – 9:40/ 10 мин.
Занятие (2)	9:20 – 9:30/ 10 мин.	9:30 – 9:50/ 20 мин.	9:35 – 10:00/ 25 мин.	9:40 – 10:10/ 30 мин.
Динамическая пауза. Самостоятельные игры. Совместная деятельность.	-	-	10:00 – 10:20	-
Второй завтрак	9:40 – 9:50/ 10 мин.	10:10 – 10:20/ 10 мин.	10:20 – 10:30/ 10 мин.	10:10 – 10:20/ 10 мин.
Занятие (3)	-	-	-	10:20 – 10:30/ 10 мин.
Подготовка к прогулке	9:50 – 10:10/ 20 мин.	10:20 – 10:40/ 20 мин.	10:30 – 10:40/ 20 мин.	10:50 – 11:10/ 20 мин.
Утренняя прогулка	10:10 – 11:10/ 1 ч.	10:40 – 11:50/ 1 ч. 10 мин.	10:40 – 11:50/ 1 ч. 10 мин.	11:10 – 12:10/ 1 ч. *
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания.	11:10 – 11:30/ 20 мин.	11:50 – 12:10/ 20 мин.	11:30 – 12:20/ 20 мин.	12:10 – 12:30/ 20 мин.
Обед	11:30 – 12:00/ 30 мин.	12:10 – 12:40/ 30 мин.	12:20 – 12:50/ 30 мин.	12:30 – 12:40/ 20 мин.
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания. Чтение перед сном.	12:00 – 12:30/ 30 мин.	12:40 – 13:00/ 20 мин.	12:30 – 13:00/ 10 мин.	12:50 – 13:00/ 10 мин.
Дневной сон	12:30 – 15:30/ 3 ч.	13:00 – 15:30/ 2.5 ч.	13:00 – 15:30/ 2.5 ч.	13:00 – 15:00/ 2.5 ч.
ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ				
Постепенный подъем. Профилактические, закаливающие (оздоровительные) процедуры. Бодрящая гимнастика, одевание, причесывание.	15:30 – 16:00/ 30 мин.	15:30 – 16:00/ 30 мин.	15:30 – 16:00/ 30 мин.	15:30 – 16:00/ 30 мин.
Полдник	16:00 – 16:30/ 30 мин.	16:00 – 16:25/ 25 мин.	16:00 – 16:25/ 25 мин.	16:00 – 16:20/ 20 мин.
Занятие (3)	-	-	-	-
Самостоятельные игры. Совместная деятельность.	-	-	-	-
Вечерний круг	-	16:30 – 16:40	16:30 – 16:40	16:30 – 16:40
Подготовка к прогулке	16:40 – 17:00/ 20 мин.	16:40 – 17:00/ 20 мин.	16:40 – 17:00/ 20 мин.	16:40 – 17:00/ 20 мин.
Вечерняя прогулка	17:00 – 18:00/ 1 ч.	17:00 – 18:00/ 1 ч.	17:00 – 18:00/ 1 ч.	17:00 – 18:00/ 1 ч.
Дежурная группа	18:00 – 19:30/ 1 ч. 30 мин.	18:00 – 19:30/ 1 ч. 30 мин.	18:00 – 19:30/ 1 ч. 30 мин.	18:00 – 19:00/ 1 ч. 30 мин.