

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«ДС № 234 г. Челябинска»
Л.Г. Фролова
Приказ 23 от 31 августа 2026г.

ФРОЛОВА
ЛАРИСА
ГРИГОРЬЕ
ВНА

Подписано цифровой подписью:
ФРОЛОВА ЛАРИСА ГРИГОРЬЕВНА
DN: cn=ФЛ, o=Челябинская область,
ou=Челябинск, ou=Заведующий,
o=Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение "Детский сад № 234 г.
Челябинска",
1.2.643.3.1.31.1.1=120C373434383083736
32313339, email=234ind@yandex.ru,
ou=Матери-ЛАРИСА ГРИГОРЬЕВНА,
ou=ФРОЛОВА, cn=ФРОЛОВА ЛАРИСА
ГРИГОРЬЕВНА

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Группа раннего возраста «Малышок»
(с 1,6 лет до 3,0 лет)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00
утренняя зарядка	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность, игры, двигательная активность	8.30-8.40
Деятельность по освоению программы:	
Игра-занятие 1	8.40-8.50/9.00-9.10
Перерыв между занятиями (двигательная активность)	9.10.-9.20
Игра-занятие 2	9.20-9.30/9.40-9.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность,	11.00-11.15
Подготовка к обеду, обед	11.15-12.00
Подготовка ко сну	11.50-12.00
дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка , двигательная активность	16.30-19.00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
1 младшая группа «Теремок» (с 2,0 лет до 3,0 лет)

Режимные моменты	Время
Утренний приём детей, (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность утренняя зарядка	7.00-8.00 7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность, игры, двигательная активность	8.30-8.40
Деятельность по освоению программы:	
Игра-занятие 1	8.40-8.50/9.00-9.10
Перерыв между занятиями (двигательная активность)	9.10-9.20
Игра-занятие 2	9.20-9.30/9.40-9.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.15
Подготовка к обеду, обед	11.15-12.00
Подготовка ко сну дневной сон	11.50-12.00 12.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка , двигательная активность	16.30-19.00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Вторая младшая группа «Ручеек» (3-4 года)

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-7:50
Утренняя зарядка	7:50-8:00
Утренний круг	8:00-8:10
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:10-8:40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	8:40 – 9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые занятия и подгрупповые занятия	9:00-9:45
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	9:45-10:00
Второй завтрак	10:00-10:10
Подготовка к прогулке	10:10-10:25
Прогулка	10:25-11:35
Подготовка к обеду. Обед	11:35-12:00
Подготовка ко сну	12:00-12:10
Сон	12:10-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:20
Вечерний круг	15:20-15:30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15:30-16:05
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16:05-16:50
Подготовка к прогулке	16:50-17:00
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	17:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Вторая младшая группа «Ромашки» (3-4 года)

Режимные моменты	время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-7:50
Утренняя зарядка	7:50-8:00
Утренний круг	8:00-8:10
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:10-8:40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	8:40 – 9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые занятия и подгрупповые занятия	9:00-9:45
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	9:45-10:00
Второй завтрак	10:00-10:10
Подготовка к прогулке	10:10-10:25
Прогулка	10:25-11:35
Подготовка к обеду. Обед	11:35-12:00
Подготовка ко сну	12:00-12:10
Сон	12:10-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:20
Вечерний круг	15:20-15:30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15:30-16:05
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16:05-16:50
Подготовка к прогулке	16:50-17:00
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	17:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Средняя группа «Почемучки» (4-5 лет)

Режимные моменты	время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-8:00
Утренняя зарядка	8:00-8:10
Утренний круг	8:10-8:15
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:15-8:35
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	8:35-9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые занятия и подгрупповые занятия	9:00-10:00
Второй завтрак	10:00-10:10
Подготовка к прогулке	10:10-10:20
Прогулка	10:20-11:45
Подготовка к обеду. Обед	11:45-12:20
Подготовка ко сну	12:20-12:30
Сон	12:30-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:20
Вечерний круг	15:20-15:30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15:30-16:10
Игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность	16:10-16:50
Подготовка к прогулке	16:50-17:00
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	17:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Старшая группа «Морячки» (5-6 лет)

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-8:00
Утренняя зарядка	8:00-8:10
Утренний круг	8:10-8:15
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	8:15-8:25
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:25-8:45
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	8:45-9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые, подгрупповые и индивидуальные коррекционные занятия	9:00-10:05
Второй завтрак	10:05-10:20
Подготовка к прогулке	10:20-10:30
Прогулка	10:30-12:00
Подготовка к обеду. Обед	12:05-12:30
Подготовка ко сну	12:30-12:40
Сон	12:40-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:10-15:20
Деятельность по освоению Программы, групповые, подгрупповые и индивидуальные коррекционные занятия	15:20-15:45
Вечерний круг	15:45-15:55
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	15:55-16:20
Подготовка к прогулке	16:20-16:30
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	16:30-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Подготовительная к школе группа «Облачко» (6-7 лет).

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-8:00
Утренний круг	8:00-8:20
Утренняя зарядка	8:20-8:30
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:40-9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые, подгрупповые занятия	9:00-10:50
Второй завтрак	10:10-10:20
Подготовка к прогулке	10:50-11:00
Прогулка	11:00-12:10
Подготовка к обеду. Обед	12:10-12:30
Подготовка ко сну	12:30-15:00
Сон	12:50-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:20
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность, двигательная активность	15:20- 16:05
Вечерний круг	16:05- 16:15
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	16:15-16:35
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16:35- 16:50
Подготовка к прогулке	16:50- 17.00
Прогулка/ Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	17:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Подготовительная к школе «Радуга» (6-7 лет).

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-8:00
Утренний круг	8:00-8:20
Утренняя зарядка	8:30-8:40
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:40-9:00
Деятельность по освоению Программы, групповые, подгрупповые занятия	9:00-10:50
Второй завтрак	10:10-10:20
Подготовка к прогулке	10:50-11:00
Прогулка	11:00-12:10
Подготовка к обеду. Обед	12:10-12:30
Подготовка ко сну, сон	12:30-15:00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:20
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	15:20- 16:05
Вечерний круг	16:05- 16:15
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	16:15-16:35
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16:35- 16:50
Подготовка к прогулке	16:50- 17.00
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	17:00-19:00

РЕЖИМ ДНЯ (холодный период)
Подготовительная к школе группа «Непоседы» (6-7 лет).

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, двигательная активность	7:00-8:10
Утренняя зарядка	8:10-8:20
Утренний круг	8:20-8:30
Гигиенические процедуры. Завтрак	8:30-8:50
Деятельность по освоению Программы, групповые, подгрупповые и индивидуальные коррекционные занятия	9:00-10:50
Второй завтрак	10:10-10:20
Подготовка к прогулке	10:50-11:00
Прогулка	11:00-12:05
Подготовка к обеду. Обед	12:05-12:35
Подготовка ко сну, сон	12:35-15.00
Постепенный подъем, закаливание, гимнастика после дневного сна	15:00-15:10
Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность	15:10-15:40
Вечерний круг	15:40-16:10
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник	16:10-16:30
Подготовка к прогулке	16:30-16:40
Прогулка/Игры, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Уход домой	16:40-19:00

