

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 24» (МАДОУ «Детский сад № 24»)

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 24»

О.А. Денисова

«15» августа 2025 г.



**Примерный режим и распорядок дня
воспитанников
в холодный период года
(в период с сентября по май)**

2025 г.

Распорядок и режим дня детей 3-го года жизни	
Время	Режимные моменты, деятельность
7.00 - 8.00	Прием детей, утренний фильтр, термометрия, игры и общение воспитателя с детьми.
8.00 - 8.05	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.40	Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Двигательная активность, самостоятельная деятельность по выбору детей, общение.
9.00–09.10 10 минут перерыв 9.20 – 9.30	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
9.30 – 9.50	Игры, общение по интересам, самостоятельная деятельность по выбору детей, театрализованная деятельность.
9.50 – 10.00	Второй завтрак
10.00 - 11.35	Подготовка к прогулке. <i>Формирование навыков самообслуживания. Прогулка. Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Наблюдения. Игры.</i>
11.35- 11.45	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.
11.45 - 12.05	Обед
12.05 - 15.15	Подготовка ко сну ДНЕВНОЙ СОН
15.15 – 15.45	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры. Полдник.
15.45–16.20	Свободная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа воспитателя с детьми, совместная деятельность воспитателя с детьми.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин
16.40– 17.00	Двигательная, игровая активность
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание) Прогулка (в зависимости от погодных условий).

Распорядок и режим дня детей 4-го года жизни	
Время	Режимные моменты, деятельность
7.00 - 8.00	Прием детей, визуальный осмотр, термометрия, игры и общение воспитателя с детьми.
8.00 - 8.05	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.40	Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Двигательная активность, самостоятельная деятельность по выбору детей, общение.
9.00–09.15 10 минут перерыв 9.25 – 9.40	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
9.40 – 9.55	Игры, общение по интересам, самостоятельная деятельность по выбору детей, театрализованная деятельность.
9.55 – 10.05	Второй завтрак
10.05 - 11.45	Подготовка к прогулке. <i>Формирование навыков самообслуживания. Прогулка. Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Наблюдения. Игры.</i>
11.45 - 12.00	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.
12.00 - 12.20	Обед
12.20 - 15.20	Подготовка ко сну ДНЕВНОЙ СОН
15.20 – 15.50	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры. Полдник.
15.50–16.20	Свободная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа воспитателя с детьми, совместная деятельность воспитателя с детьми.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин
16.40– 17.00	Двигательная, игровая активность
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание) Прогулка (в зависимости от погодных условий).

Распорядок и режим дня детей 5-го года жизни	
Время	Режимные моменты, деятельность
7.00 - 8.00	Утренний прием, визуальный осмотр, термометрия, игры и общение воспитателя с детьми.
8.05 - 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.20	Общение воспитателя с детьми, беседа.
8.20 - 8.40	Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Двигательная активность, самостоятельная деятельность по выбору детей, общение.
9.00-9.20 10 минут перерыв 9.30 - 9.50	Непосредственная образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
9.50 - 10.00	Второй завтрак
10.00 - 11.50	Подготовка к прогулке. <i>Формирование навыков самообслуживания. Прогулка. Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Наблюдения. Игры.</i>
11.50 - 12.05	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство).
12.05 - 12.20	Обед
12.20 - 15.00	Подготовка ко сну ДНЕВНОЙ СОН
15.00 - 15.30	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры. Полдник
15.30- 16.20	Свободная деятельность детей, чтение художественной литературы, индивидуальная работа воспитателя с детьми, совместная деятельность воспитателя с детьми.
16.20 - 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 - 17.10	Двигательная, игровая активность, общение, досуг.
17.10 - 19.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание) Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение

Распорядок и режим дня детей 6-го года жизни	
Время	Режимные моменты, деятельность
7.00 - 8.00	Утренний прием, визуальный осмотр, термометрия, игры и общение воспитателя с детьми.
8.15 - 8.22	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.15	Общение воспитателя с детьми, беседа.
8.25 - 8.40	Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Двигательная активность, самостоятельная деятельность по выбору детей, общение.
9.00-9.25 10 минут перерыв 9.35 - 10.00	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
10.00 - 10.10	Второй завтрак
10.10 - 12.00	Подготовка к прогулке. <i>Формирование навыков самообслуживания.</i> Прогулка. <i>Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Наблюдения. Игры.</i>
12.00- 12.15	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство).
12.15 - 12.30	Обед
12.30-15.10	Подготовка ко сну ДНЕВНОЙ СОН
15.10 - 15.35	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры. Полдник
15.35 - 16.00	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
16.00 - 16.30	Двигательная, игровая активность, общение, досуг.
16.30 - 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45-17.00	Свободная деятельность детей, индивидуальная работа воспитателя с детьми, совместная деятельность воспитателя с детьми.
17.00-19.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание) Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение

Распорядок и режим дня детей 7-го года жизни	
Время	Режимные моменты, деятельность
7.00 - 8.00	Утренний прием, визуальный осмотр, термометрия, игры и общение воспитателя с детьми.
8.22 - 8.30	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.25	Общение воспитателя с детьми, беседа.
8.30– 8.40	Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Двигательная активность, самостоятельная деятельность по выбору детей, общение.
9.00–9.30 10 минут перерыв 9.40 – 10.10	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
10.10 -10.20	Второй завтрак
10.20 -10.30	Общение воспитателя с детьми, беседа.
10.30 -11.00	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
11.00 - 12.30	Подготовка к прогулке. <i>Формирование навыков самообслуживания.</i> Прогулка. <i>Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Наблюдения. Игры.</i>
12.30 – 12.40	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство).
12.40 – 12.50	Обед
12.50–15.25	Подготовка ко сну ДНЕВНОЙ СОН
15.25 – 15.40	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры. Полдник.
15.40 – 16.10	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
16.10 –16.25	Двигательная, игровая активность, общение, досуг.
16.25 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40–17.00	Свободная деятельность детей, индивидуальная работа воспитателя с детьми, совместная деятельность воспитателя с детьми.
17.00 – 19.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание) Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114551

Владелец Денисова Оксана Алексеевна

Действителен с 22.04.2025 по 22.04.2026