

Режим дня младшей группы в дошкольном учреждении

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 62 «Родничок»  
(МБДОУ «Детский сад № 62»)

653026, Прокопьевск, улица Революции, 164 тел (384 6) 67-85-34  
E-mail: 62dsad@mail.ru

Образовательная деятельность (содержательная часть)	9.00-9.15	9.15-9.30	9.30-9.45	9.45-10.00	10.00-10.15	10.15-10.30
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	9.15-9.30	9.30-9.45	9.45-10.00	10.00-10.15	10.15-10.30	10.30-10.45
Физкультурно-оздоровительные мероприятия (содержательная часть)	9.45-11.30	9.45-11.30	9.45-11.30	9.45-11.30	9.45-11.30	9.45-11.30
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	11.45-12.30	11.45-12.30	11.45-12.30	11.45-12.30	11.45-12.30	11.45-12.30
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	12.30-13.30	12.30-13.30	12.30-13.30	12.30-13.30	12.30-13.30	12.30-13.30
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40	15.10-15.40
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	15.40-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.45	17.30-17.45	17.30-17.45	17.30-17.45	17.30-17.45	17.30-17.45
Самостоятельная деятельность детей (содержательная часть)	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00
длительность времени						
Продолжительность прогулки	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Продолжительность сна	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин
Самостоятельная деятельность	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин	3 часа 30 мин
Сон	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 62»  
*О.В. Назимкина*  
Приказ № 65 от «31» 08 2021г.



Принят на педагогическом совете  
Протокол № 1 от «31» 08 2021г

**Режим дня младшей группы в холодный период**

Элементы режима дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Приём детей, общение, самостоятельная деятельность	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	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
самостоятельная деятельность	8.10-8.18	8.10-8.18	8.10-8.18	8.10-8.18	8.10-8.18
Подготовка к завтраку, завтрак	8.18-9.00	8.18-9.00	8.18-9.00	8.18-9.00	8.18-9.00
Образовательная деятельность (учитывая интервал между деятельностью не менее 10 мин)	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
	9.30 – 9.45	9.30 – 9.45	9.25 – 9.40	9.25 – 9.40	9.30-9.45
Подготовка к прогулке Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	9.45 – 11.30	9.45 – 11.30	9.40-11.30	9.40- 11.30	9.45-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.30-11.40	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50	11.30-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.40 –12.20	11.50 –12.20	11.50 –12.20	11.50 –12.20	11.50 –12.20
Подготовка ко сну	12.20.- 12.30	12.20.- 12.30	12.20- 12.30	12.20.- 12.30	12.20.-12.30
Дневной сон	12.30 –15.00	12.30 –15.00	12.30 –15.00	12.30 –15.00	12.30 –15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, воздушная гимнастика	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 –15.10	15.00 –15.10	15.00 – 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.40	15.10– 15.40	15.10 –15.40	15.10 –15.40	15.10 – 15.40
Образовательная деятельность					
Самостоятельная, совместная деятельность	15.40.-16.40	15.40.-16.40	15.40.-16.40	15.40.-16.40	15.40.-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 -17.30	16.40 -17.30	16.40 -17.30	16.40 -17.30	16.40 -17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30- 17.45	17.30- 17.45	17.30- 17.45	17.30- 17.45	17.30- 17.45
Самостоятельная деятельность, уход домой	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00	17.45-19.00
<b>подсчет времени</b>					
Продолжительность прогулок	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Прием пищи	Интервал между приемами пищи в среднем составил 3 часа 7 мин.				
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.
Самостоятельна деятельность	3 часа 20 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 20 мин.
Образовательная деятельность	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Интервал между занятиями	не менее 10 минут				

Режим дня средней группы в холодный период

Элементы режима дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Приём детей, общение, самостоятельная деятельность	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- 8.10	8.00- 8.10	8.00- 8.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00	8.20-9.00	8.20-9.00	8.20-9.00	8.20-9.00
Образовательная деятельность (учитывая интервал между деятельностью не менее 10 мин)	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.20 9.30 - 9.50	9.00-9.20 9.30 - 9.50	9.00-9.20 9.30 - 9.50	9.00-9.20 9.30 - 9.50
Подготовка к прогулке Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	9.50-11.30	9.50-11.30	9.50-11.30	9.50-11.30	9.50-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45	11.30-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45 - 12.30	11.45 - 12.30	11.45 - 12.30	11.4 - 12.30	11.45 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.00	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, воздушная гимнастика	15.00 - 15.12	15.00 - 15.12	15.00 -15.12	15.00 -15.12	15.00 - 15.12
Подготовка к полднику, полдник	15.12 - 15.40	15.12 - 15.40	15.12 -15.40	15.12 - 15.40	15.12 - 15.40
Самостоятельная, совместная деятельность	15.40 - 16.00	15.40 - 16.20	15.40-16.20	15.40 - 16.20	15.40-16.20
Образовательная деятельность	16.00-16.20	-	-	-	-
Самостоятельная деятельность	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40 -17.55	16.40 -17.55	16.40 -17.55	16.40 -17.55	16.40 -17.55
Подготовка к ужину, ужин	17.55- 18.20	17.55 -18.20	17.55-18.20	17.55-18.20	17.55 -18.20
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00
<b>Общий подсчет времени</b>					
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования	5 часов 45 мин.	5 часов 45 мин.	5 часов 45 мин.	5 часов 45 мин.	5 часов 45 мин.
Продолжительность прогулок	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Прием пищи	Интервал между приемами пищи в среднем составил 3 часа 7 мин.				
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин
Самостоятельная деятельность	3 часа 40 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 40 мин.	3 часа 25 мин.	3 часа 40 мин.
Образовательная деятельность	40мин. - I пол. 20мин.- II пол.	40 мин.- I пол.	40 мин.- I пол.	40мин. - I пол.	40 мин.- I по.
Интервал между занятиями	не менее 10 минут				

Режим дня старшей группы в холодный период

Элементы режима дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Приём детей, общение, самостоятельная деятельность	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 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10–8.19	8.10–8.19	8.10–8.19	8.10–8.19	8.10–8.19
Образовательная деятельность	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.25	9.00.-9.25	9.00-9.25
Самостоятельная деятельность	9.20.-9.35	9.20-9.35	9.25-9.35	9.25-9.35	9.25 – 9.35.
Образовательная деятельность	9.35.-10.00	9.35-10.00	9.35-10.00	9.35-10.00	9.35-10.00 10.20-10.45
Самостоятельная, совместная игровая деятельность	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.20 10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	10.30- 11.50	10.30 -11.50	10.25-11.50 (11.00-11.25 физ-ра воздух)	10.30-11.50	10.30-11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10	12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30.-15.00	12.30.-15.00	12.30.-15.00	12.30.-15.00	12.30.-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, воздушная гимнастика	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 –15.15	15.00 –15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35	15.15 - 15.35	15.15 - 15.35	15.15 - 15.35	15.15 - 15.35
Самостоятельная деятельность	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00
Образовательная деятельность	16.00-16.25	-	-	16.00-16.25	-
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-18.05	16.25-18.05	16.25-18.05	16.25-18.05	16.25-18.05
Подготовка к ужину, ужин	18.05 - 18.20	18.05 - 18.20	18.05 - 18.20	18.05 - 18.20	18.05 - 18.20
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00
<b>Общий подсчет времени</b>					
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования	5 часов 55 мин.	5 часов 55 мин.	5 часов 55 мин.	5 часов 55 мин.	5 часов 55 мин.
Продолжительность прогулок	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Прием пищи	Интервал между приемами пищи в среднем составил 3 часа 7 мин.				
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.
Самостоятельная деятельность	3 часа 20 мин.	3 часа 20 мин.	3 часа 15 мин	3 часа 35 мин	3 часа 20 мин.
Образовательная деятельность	50 мин. – I пол. 25мин.- II пол.	50 мин. – I пол.	50 мин. – I пол.	25 мин. – I пол. 25мин.- II пол.	45 мин. – I пол.
Интервал между занятиями	не менее 10 минут				

Режим дня подготовительной к школе группы в холодный период

Элементы режима дня	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Приём детей, общение, самостоятельная деятельность	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	8.00-8.10	8.00-8.10	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50
Самостоятельная деятельность	8.50.-9.00	8.50.-9.00	8.50.- 9.00	8.50.- 9.00	8.50.-9.00
Образовательная деятельность	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30
Самостоятельная деятельность	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30-9.40
Образовательная деятельность	9.40-10.10	9.40-10.10	9.40-10.10	9.40-10.10	9.40-10.10
Самостоятельная, совместная игровая деятельность	10.10.-10.20	10.10 -10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Образовательная деятельность	10.20.-10.50	10.20-10.50		10.20-10.50	10.20-10.50
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность)	11.00-11.55	11.00-11.55	10.20-10.50 физкультура воздух 11.00-11.55	11.00-11.55	11.00-11.55
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00	11.55-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00	12.30.- 15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, воздушная гимнастика	15.00 – 15.17	15.00 – 15.17	15.00 –15.17	15.00 –15.17	15.00 – 15.17
Подготовка к полднику, полдник	15.17 - 15.35	15.17 - 15.30	15.17 - 15.35	15.17 - 15.35	15.17 - 15.35
Самостоятельная деятельность	15.35 - 16.10	15.30 – 16.00	15.35 - 16.00	15.35 - 16.00	15.35 - 16.10
Образовательная деятельность		16.00-16.30		16.00-16.30	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-18.25	16.30-18.25	16.10-18.25	16.30-18.25	16.10-18.25
Подготовка к ужину, ужин	18.25 - 18.30	18.25 - 18.30	18.25 - 18.30	18.25 - 18.30	18.25 - 18.30
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00
<b>Общий подсчет времени</b>					
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования	6 часов	6 часов	6 часов	6 часов	6 часов
Продолжительность прогулок	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Прием пищи	Интервал между приемами пищи в среднем составил 3 часа 13 мин.				
Продолжительность дневного сна	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин
Самостоятельная деятельность	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
Образовательная деятельность	1 час 30 мин.- I пол	1 час 30 мин.- I пол; 30 мин.- II пол.	1 час 30 мин.- I пол	1 час 30 мин. – I пол. 30 мин. – II пол.	60 мин. – I пол.
Интервал между занятиями	не менее 10 минут				

Пронумеровано,  
 прошнуровано и скреплено печатью  
 листов

5

Заведующий  
 МБДОУ № 62  
 « 31 »



Итого в неделю выходов				
всего	в яслях	в яслях	в яслях	в яслях
18:30-19:00	18:30-19:00	18:30-19:00	18:30-19:00	18:30-19:00
18:00-18:30	18:00-18:30	18:00-18:30	18:00-18:30	18:00-18:30
17:30-18:00	17:30-18:00	17:30-18:00	17:30-18:00	17:30-18:00
17:00-17:30	17:00-17:30	17:00-17:30	17:00-17:30	17:00-17:30
16:30-17:00	16:30-17:00	16:30-17:00	16:30-17:00	16:30-17:00
16:00-16:30	16:00-16:30	16:00-16:30	16:00-16:30	16:00-16:30
15:30-16:00	15:30-16:00	15:30-16:00	15:30-16:00	15:30-16:00
15:00-15:30	15:00-15:30	15:00-15:30	15:00-15:30	15:00-15:30
14:30-15:00	14:30-15:00	14:30-15:00	14:30-15:00	14:30-15:00
14:00-14:30	14:00-14:30	14:00-14:30	14:00-14:30	14:00-14:30
13:30-14:00	13:30-14:00	13:30-14:00	13:30-14:00	13:30-14:00
13:00-13:30	13:00-13:30	13:00-13:30	13:00-13:30	13:00-13:30
12:30-13:00	12:30-13:00	12:30-13:00	12:30-13:00	12:30-13:00
12:00-12:30	12:00-12:30	12:00-12:30	12:00-12:30	12:00-12:30
11:30-12:00	11:30-12:00	11:30-12:00	11:30-12:00	11:30-12:00
11:00-11:30	11:00-11:30	11:00-11:30	11:00-11:30	11:00-11:30
10:30-11:00	10:30-11:00	10:30-11:00	10:30-11:00	10:30-11:00
10:00-10:30	10:00-10:30	10:00-10:30	10:00-10:30	10:00-10:30
9:30-10:00	9:30-10:00	9:30-10:00	9:30-10:00	9:30-10:00
9:00-9:30	9:00-9:30	9:00-9:30	9:00-9:30	9:00-9:30
8:30-9:00	8:30-9:00	8:30-9:00	8:30-9:00	8:30-9:00
8:00-8:30	8:00-8:30	8:00-8:30	8:00-8:30	8:00-8:30
7:30-8:00	7:30-8:00	7:30-8:00	7:30-8:00	7:30-8:00
7:00-7:30	7:00-7:30	7:00-7:30	7:00-7:30	7:00-7:30
6:30-7:00	6:30-7:00	6:30-7:00	6:30-7:00	6:30-7:00
6:00-6:30	6:00-6:30	6:00-6:30	6:00-6:30	6:00-6:30
5:30-6:00	5:30-6:00	5:30-6:00	5:30-6:00	5:30-6:00
5:00-5:30	5:00-5:30	5:00-5:30	5:00-5:30	5:00-5:30
4:30-5:00	4:30-5:00	4:30-5:00	4:30-5:00	4:30-5:00
4:00-4:30	4:00-4:30	4:00-4:30	4:00-4:30	4:00-4:30
3:30-4:00	3:30-4:00	3:30-4:00	3:30-4:00	3:30-4:00
3:00-3:30	3:00-3:30	3:00-3:30	3:00-3:30	3:00-3:30
2:30-3:00	2:30-3:00	2:30-3:00	2:30-3:00	2:30-3:00
2:00-2:30	2:00-2:30	2:00-2:30	2:00-2:30	2:00-2:30
1:30-2:00	1:30-2:00	1:30-2:00	1:30-2:00	1:30-2:00
1:00-1:30	1:00-1:30	1:00-1:30	1:00-1:30	1:00-1:30
0:30-1:00	0:30-1:00	0:30-1:00	0:30-1:00	0:30-1:00
0:00-0:30	0:00-0:30	0:00-0:30	0:00-0:30	0:00-0:30