

РАСПОРЯДОК ДНЯ
для детей младшего дошкольного возраста (третий год жизни)
2024- 2025 учебный год

Режимные моменты	Время	Примечание
Утренняя встреча, игры.	6.30 – 7.30	1 час (на воздухе)
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.30 - 7.40	10 мин.
Утренняя гимнастика	7.40 – 7.45	5 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.45 – 8.00	15 мин.
Завтрак	8.00– 8.20	20 мин.
Подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности, индивидуальная работа	8.20 – 8.50	30 мин.
Фронтальная, подгрупповая и индивидуальная работа с детьми (непосредственно образовательная деятельность)	8.50 – 9.20	30 мин.
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	9.40 – 9.50	10 мин.
2-ой завтрак	9.50 – 10.00	10 мин.
Подготовка к прогулке.	10.00 – 10.10	10 мин.
Прогулка (игры, физические упражнения, индивидуальная работа)	10.10 – 11.35	1 час 25 мин
Возвращение с прогулки	11.35 - 11.40	5 мин.
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.40 – 11.50	10 мин.
Обед	11.40 – 12.00	20 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.10 – 12.15	5 мин.
Дневной сон	12.15 – 15.15	3 часа
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.15 – 15.20	5 мин.
Занятия по интересам, игры, самостоятельная деятельность	15.20 – 15.30	10 мин.
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.30 – 15.35	5 мин.
Уплотненный полдник	15.30 – 15. 50	20 мин.
Фронтальная, подгрупповая работа с детьми	15.50 – 16.30	40 мин.
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.50	20 мин.
Прогулка	16.50 – 18.20	1 ч. 30 мин.
Возвращение домой	18.20 – 18.30	10 мин.

РАСПОРЯДОК ДНЯ
для детей младшего дошкольного возраста (четвертый год жизни)
2024 - 2025 учебный год

Режимные моменты	Время	Примечание
Утренняя встреча (на воздухе), игры.	6.30 – 7.30	1 час (на воздухе)
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.30 - 7.40	10 мин.
Утренняя гимнастика	7.40 – 7.45	5 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.45 – 8.00	15 мин.
Завтрак	8.05– 8.25	20 мин.
Подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности, индивидуальная работа	8.25 – 8.50	25 мин.
Фронтальная, подгрупповая и индивидуальная работа с детьми (непосредственно образовательная деятельность)	8.50 – 9.20	30 мин.
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	9.40 – 9.50	10 мин.
2-ой завтрак	9.55 – 10.05	10 мин.
Подготовка к прогулке.	10.05– 10.15	10 мин.
Прогулка (игры, физические упражнения, индивидуальная работа)	10.15 – 11.35	1 час 20 мин
Возвращение с прогулки	11.35 - 11.45	10 мин.
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.45 – 11.55	10 мин.
Обед	11.55 – 12.15	20 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.15 – 12.20	5 мин.
Дневной сон	12.30 – 15.00	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.00 – 15.10	10 мин.
Занятия по интересам, игры, самостоятельная деятельность	15.10 – 15.35	25 мин.
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.35 – 15.40	5 мин.
Уплотненный полдник	15.40 – 15. 55	15 мин.
Фронтальная, подгрупповая работа с детьми	15.45 – 16.30	45 мин.
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.50	20 мин.
Прогулка	16.50 – 18.20	1 ч. 30 мин.
Возвращение домой	18.20 – 18.30	10 мин.

РАСПОРЯДОК ДНЯ
для детей среднего дошкольного возраста (пятый год жизни)
2024 - 2025 учебный год

Режимные моменты	Время	Примечание
Утренняя встреча (на воздухе), игры.	6.30 – 7.30	1 час (на воздухе)
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.30 - 7.40	10 мин.
Утренняя гимнастика	7.40 – 7.45	5 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.45 – 8.00	15 мин.
Завтрак	8.10– 8.30	20 мин.

Подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности, индивидуальная работа	8.30 – 8.50	20 мин.
Фронтальная, подгрупповая и индивидуальная работа с детьми (непосредственно образовательная деятельность)	8.50 – 9.20	30 мин.
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	9.40 – 9.50	10 мин.
2-ой завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке.	10.10 – 10.20	10 мин.
Прогулка (игры, физические упражнения, индивидуальная работа)	10.20 – 12.00	1 час 40 мин
Возвращение с прогулки	12.00 - 12.05	5 мин.
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	12.05 – 12.10	5 мин.
Обед	12.10 – 12.30	20 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.30 – 12.35	5 мин.
Дневной сон	12.35 – 15.05	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.05 – 15.15	10 мин.
Занятия по интересам, игры, самостоятельная деятельность	15.15 – 15.40	25 мин.
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.40 – 15.45	5 мин.
Уплотненный полдник	15.45 – 16.00	15 мин.
Фронтальная, подгрупповая работа с детьми	16.00 – 16.30	30 мин.
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.50	20 мин.
Прогулка	16.50 – 18.20	1 ч. 30 мин.
Возвращение домой	18.20 – 18.30	10 мин.

РАСПОРЯДОК ДНЯ
для детей старшего дошкольного возраста (шестой год жизни)
2024 - 2025 учебный год

Режимные моменты	Время	Примечание
Утренняя встреча (на воздухе), игры.	6.30 – 7.30	1 час (на воздухе)
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.30 - 7.40	10 мин.
Утренняя гимнастика	7.40 – 7.45	5 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.45 – 8.00	15 мин.
Завтрак	8.10– 8.30	20 мин.
Подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности, индивидуальная работа	8.30 – 8.50	20 мин.
Фронтальная, подгрупповая и индивидуальная работа с детьми (непосредственно образовательная деятельность)	8.50 – 9.20	30 мин.
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	9.40 – 9.50	10 мин.
2-ой завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке.	10.10 – 10.15	5 мин.

Прогулка (игры, физические упражнения, индивидуальная работа)	10.15 – 11.55	1 час 40 мин
Возвращение с прогулки	11.55 - 12.05	10 мин.
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	12.05 – 12.10	5 мин.
Обед	12.10 – 12.30	20 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.30 – 12.35	5 мин.
Дневной сон	12.35 – 15.05	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.05 – 15.15	10 мин.
Занятия по интересам, игры, самостоятельная деятельность	15.15 – 15.55	40 мин.
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.55 – 16.00	5 мин.
Уплотненный полдник	15.50 – 16.05	15 мин.
Фронтальная, подгрупповая работа с детьми	16.05 – 17.00	55 мин.
Подготовка к прогулке	17.00 – 17.10	10 мин.
Прогулка	17.10 – 18.20	1 ч. 20 мин.
Возвращение домой	18.20 – 18.30	10 мин.

РАСПОРЯДОК ДНЯ
для детей дошкольного возраста (седьмой год жизни)
2024-2025 учебный год

Режимные моменты	Время	Примечание
Утренняя встреча (на воздухе), игры.	6.30 – 7.30	1 час (на воздухе)
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.30 - 7.40	10 мин.
Утренняя гимнастика	7.40 – 7.45	5 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	7.45 – 8.00	15 мин.
Завтрак	8.15– 8.35	20 мин.
Подготовка к проведению непосредственно образовательной деятельности, индивидуальная работа	8.35 – 8.50	15 мин.
Фронтальная, подгрупповая и индивидуальная работа с детьми (непосредственно образовательная деятельность)	8.50 – 9.20	30 мин.
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.40	20 мин.
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	9.40 – 9.50	10 мин.
2-ой завтрак	10.00 – 10.10	10 мин.
Подготовка к прогулке.	10.10 – 10.15	5 мин.
Прогулка (игры, физические упражнения, индивидуальная работа)	10.15 – 12.05	1 час 50 мин
Возвращение с прогулки	12.05 - 12.15	10 мин.
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	12.15 – 12.20	5 мин.
Обед	12.20 – 12.40	20 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	12.40 – 12.45	5 мин.
Дневной сон	12.50 – 14.50	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, закаливающие и гигиенические процедуры	15.05 – 15.15	10 мин.

Занятия по интересам, игры, самостоятельная деятельность	15.15 – 15.55	40 мин.
Подготовка к полднику, гигиенические процедуры	15.55 – 16.00	5 мин.
Уплотненный полдник	16.00 – 16.15	15 мин.
Фронтальная, подгрупповая работа с детьми	16.15 – 17.00	45 мин.
Подготовка к прогулке	17.00 – 17.10	10 мин.
Прогулка	17.10 – 18.20	1 ч. 20 мин.
Возвращение домой	18.20 – 18.30	10 мин.

РЕЖИМ
прогулок в зимний период

№ п/п	Группа	Температура воздуха в безветренную погоду	Температура воздуха при скорости ветра более 7 м/с (время прогулки сокращается)	Температура воздуха при скорости ветра более 15 м/с (прогулка не проводится)	Примечание
1.	И младшая	- 15°С	ниже -15°С	ниже -15°С	
2.	II младшая	- 15°С	ниже -15°С	ниже -15°С	
3.	Средняя	- 15°С	ниже -15°С	ниже -15°С	
4.	Старшая	- 20°С	ниже -20°С	ниже -20°С	

