

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



### Режим дня детей

#### в первой младшей группе в теплый период года

|               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.00   | Приём, игры, общение   |
| 8.00 – 8.10   | Утренняя гимнастика  |
| 8.10 – 8.30   | Подготовка к завтраку, завтрак                                   |
| 8.30 – 9.00   | Оздоровительные игры и упражнения                                |
| 9.00 – 9.08   | Совместная деятельность  |
| 9.08 – 9.15   | Игровая деятельность   |
| 9.15 – 11.30  | Подготовка к прогулке, прогулка- игры, наблюдения.               |
| 11.30 – 11.45 | Возвращение с прогулки, совместная деятельность                  |
| 11.45– 12.15  | Подготовка к обеду, обед   |
| 12.15 – 15.15 | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.15– 15.30  | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна |
| 15.30– 15.40  | Совместная деятельность / Игровая деятельность                   |
| 15.50 – 16.10 | Подготовка к полднику, полдник                                   |
| 16.10 – 16.40 | Игры, совместная деятельность                                    |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                      |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## Режим дня детей

### во второй младшей группе в теплый период года

- |               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.10   | Приём на улице, игры, общение  |
| 8.10 - 8.20   | Утренняя гимнастика  |
| 8.20 – 8.45   | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.45 – 9.00   | Оздоровительные игры и упражнения  |
| 9.00 – 9.15   | Совместная деятельность / Игровая деятельность                                     |
| 10.00 – 12.00 | Подготовка к прогулке, прогулка- игры, наблюдения, экспериментальная деятельность. |
| 12.00 – 12.10 | Возвращение с прогулки   |
| 12.10 – 12.40 | Подготовка к обеду, обед   |
| 12.40– 15.00  | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                   |
| 15.25 – 15.50 | Игровая деятельность, общение, чтение художественной литературы                    |
| 15.50 – 16.10 | Подготовка к полднику, полдник   |
| 16.10 – 16.40 | Игры, общение, деятельность по интересам   |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой  |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



### Режим дня детей

#### в средней группе в теплый период года

|               |   |
|---------------|---|
| 7.30 – 8.00   | Приём на улице, игры, общение   |
| 7.50 – 8.00   | Утренняя гимнастика   |
| 8.00 – 8.40   | Подготовка к завтраку, завтрак  |
| 8.40 – 9.00   | Оздоровительные игры и упражнения   |
| 9.00 – 9.20   | Совместная деятельность / Игровая деятельность                              |
| 9.20 – 9.30   | Подготовка к прогулке   |
| 9.30 – 12.20  | Прогулка - игры, наблюдения, экспериментальная деятельность.                |
| 12.00 – 12.10 | Возвращение с прогулки  |
| 12.20 – 12.45 | Подготовка к обеду, обед  |
| 12.45 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон  |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна            |
| 15.25 – 16.10 | Совместная деятельность / Игровая деятельность/Самостоятельная деятельность |
| 16.10 – 16.20 | Чтение художественной литературы  |
| 16.20 – 16.40 | Подготовка к ужину, ужин  |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка уход домой                                  |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## **Режим дня детей**

### **в старшей группе в теплый период года**

|               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.05   | Приём, игры, общение   |
| 8.05 – 8.15   | Утренняя гимнастика  |
| 8.10 – 8.45   | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.45 – 9.00   | Свободная деятельность   |
| 9.00 – 9.30   | Совместная деятельность и игровая деятельность                                       |
| 9.30 – 12.30  | Подготовка к прогулке. Прогулка- игры, наблюдения, экспериментальная деятельность.   |
| 12.30 – 12.35 | Возвращение с прогулки   |
| 12.35– 12.55  | Подготовка к обеду, обед   |
| 13.00 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                     |
| 15.25 – 16.20 | Совместная деятельность / Игровая деятельность/ Общение/Самостоятельная деятельность |
| 16.20 – 16.30 | Чтение художественной литературы   |
| 16.30 – 16.45 | Подготовка к ужину, ужин   |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулке , уход домой   |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



### Режим дня детей

#### в подготовительной к школе группе в теплый период года

|               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.20   | Приём, игры, общение, свободная деятельность                                       |
| 8.20 – 8.30   | Утренняя гимнастика  |
| 8.30 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.50 – 9.00   | Свободная деятельность   |
| 9.00 – 10.50  | Подготовка к прогулке. Прогулка- игры, наблюдения, экспериментальная деятельность. |
| 10.50 – 12.30 | Подготовка к прогулке, прогулка  |
| 12.30 – 12.35 | Возвращение с прогулки   |
| 12.35 – 13.00 | Подготовка к обеду, обед   |
| 13.00– 15.00  | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                   |
| 15.25 – 15.50 | Непосредственно образовательная деятельность /<br>Игровая деятельность             |
| 16.30 – 16.55 | Подготовка к полднику, полдник   |
| 16.10 – 16.40 | Игры, общение, деятельность по интересам   |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка уход домой   |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



### **Режим дня детей**

#### **в первой младшей группе в холодный период года**

- |               |   |
|---------------|---|
| 7.30 – 8.15   | Приём, осмотр, игры, общение, оздоровительные игры и упражнения                 |
| 8.15 – 8.50   | Подготовка к завтраку, кГН, завтрак   |
| 8.50 – 9.00   | КГН, подготовка к НОД   |
| 9.00 – 9.50   | Непрерывная образовательная деятельность<br>(по подгруппам, включая перерыв)    |
| 9.50 – 10.00  | Второй завтрак (фруктовый)  |
| 10.00 – 11.30 | Подготовка к прогулке, прогулка   |
| 11.30 – 11.40 | Возвращение с прогулки, КГН   |
| 11.40– 12.15  | Подготовка к обеду, обед  |
| 12.15 – 15.15 | Подготовка ко сну, дневной сон  |
| 15.15 – 15.30 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                |
| 15.30-15.45   | Подготовка к НОД. Непрерывная образовательная деятельность/Игровая деятельность |
| 15.50 – 16.20 | Подготовка к полднику, уплотненный полдник                                      |
| 16.20 – 16.50 | Игры, совместная деятельность, развлечения                                      |
| 16.50 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой                                     |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## **Режим дня детей**

### **во второй младшей группе в в холодный период года**

|               |   |
|---------------|---|
| 7.30 – 8.00   | Приём, игры, общение  |
| 8.00 – 8.10   | Утренняя гимнастика   |
| 8.15 – 8.45   | Подготовка к завтраку, завтрак  |
| 8.45 – 9.00   | Оздоровительные упражнения (пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика), игры |
| 9.00 – 9.40   | Непрерывная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)        |
| 9.50 – 10.00  | Игровая деятельность  |
| 10.00 – 10.15 | Второй завтрак  |
| 10.15 – 11.50 | Подготовка к прогулке, прогулка   |
| 11.50 – 12.00 | Возвращение с прогулки, совместная деятельность                                       |
| 12.00 – 12.30 | Подготовка к обеду, обед  |
| 12.30 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон  |
| 15.10 – 15.30 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                      |
| 15.30 – 15.50 | Игровая деятельность  |
| 15.50 – 16.10 | Подготовка к полднику, уплотненный полдник  |
| 16.10 – 16.40 | Игры, общение, деятельность по интересам  |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка уход домой  |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## Режим дня детей

### в средней группе в холодный период года

|               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.00   | Приём, игры, общение, утренний сбор  |
| 8.00 – 8.10   | Утренняя гимнастика  |
| 8.20 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.50 – 9.00   | Оздоровительные упражнения (пальчиковая артикуляционная гимнастика), игры, утренний сбор |
| 9.00 – 9.50   | Непрерывная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв, игры)     |
| 9.50 – 10.00  | Игровая деятельность   |
| 10.00 – 10.15 | Второй завтрак   |
| 10.15 – 12.00 | Подготовка к прогулке, прогулка  |
| 12.00 – 12.10 | Возвращение с прогулки   |
| 12.10 – 12.45 | Подготовка к обеду, обед   |
| 12.45 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                         |
| 15.25 – 15.50 | Игровая деятельность, самостоятельная деятельность, деятельность по интересам            |
| 15.50 – 16.20 | Подготовка к полднику, полдник   |
| 16.20 – 16.40 | Игры, общение, вечерний сбор   |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка уход домой   |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## Режим дня детей

### в старшей группе в холодный период года

|               |  |
|---------------|--|
| 7.30 – 8.05   | Приём, игры, общение   |
| 8.05 – 8.15   | Утренняя гимнастика  |
| 8.25 – 8.55   | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.45 – 9.00   | Оздоровительные упражнения (пальчиковая, артикуляционная гимнастика), игры                             |
| 9.00 – 10.50  | Непрерывная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)<br>Игровая деятельность |
| 10.00 – 10.15 | Второй завтрак   |
| 10.15 – 12.00 | Подготовка к прогулке, прогулка  |
| 12.15 – 12.25 | Возвращение с прогулки   |
| 12.25 – 12.55 | Подготовка к обеду, обед   |
| 12.55 – 15.00 | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                                       |
| 15.25 – 15.50 | Игры, самостоятельная деятельность   |
| 15.55 – 16.25 | Подготовка к полднику, полдник   |
| 16.20 – 16.40 | Игры, общение, вечерний сбор   |
| 16.40 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой  |

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ № 62  
В.Г. Кулакова  
«30» августа 2019 г.



## Режим дня детей

### в подготовительной к школе группе в холодный период года

|               |   |
|---------------|---|
| 7.30 – 8.20   | Приём, игры, общение, свободная деятельность  |
| 8.20 – 8.30   | Утренняя гимнастика   |
| 8.30 – 8.50   | Подготовка к завтраку, завтрак  |
| 8.50 – 9.00   | Оздоровительные упражнения (пальчиковая гимнастика, гимнастика), игры                 |
| 9.00 – 11.15  | Непрерывная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерывы, игры) |
| 10.00 – 10.15 | Второй завтрак  |
| 10.50 – 12.30 | Подготовка к прогулке, прогулка   |
| 12.30 – 12.35 | Возвращение с прогулки  |
| 12.35 – 13.05 | Подготовка к обеду, обед  |
| 13.05 – 15.05 | Подготовка ко сну, сон  |
| 15.00 – 15.25 | Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна                      |
| 15.25 – 16.00 | Игровая деятельность, деятельность по интересам, общение                              |
| 16.30 – 16.45 | Подготовка к ужину, ужин  |
| 16.45 – 16.55 | Игровая деятельность  |
| 16.55 – 18.00 | Подготовка к прогулке, прогулка уход домой  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575798

Владелец Валентина Григорьевна Кулакова

Действителен с 24.08.2021 по 24.08.2022