

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №209»
С.В. Андрейчикова

Примерный режим дня в холодный период Вторая группа раннего возраста от 1 года до 1,5 лет

Прием, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.30 – 9.00
Активное бодрствование (игры, предметная деятельность и др.)	9.00 - 9.30
Подготовка ко сну. Первый сон	9.30 – 12.00
Подготовка к обеду	12.30 – 13.00
Обед. «Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну. Дневной сон	
Занятия в игровой форме по подгруппам	13.00 – 14.30
Подготовка ко сну, второй сон	14.30-16.00
«Приятного аппетита» Полдник	16.00-16.30
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 17.30
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.30 – 18.00
«Приятно аппетита!». Ужин.	
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, предметная деятельность. Индивидуальная работа.	18.00 – 19.00
Уход детей домой	

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №209»

С.В. Андрейчикова



Режим дня в холодный период

Вторая группа раннего возраста 1,5 - 2 года

«Радость встреч» Прием, осмотр детей, самостоятельная деятельность, общение. Индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
«Минутка бодрости» двигательная разминка	8.00 – 8.05
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.05 – 8.30
Совместная деятельность взрослых с детьми: игры, общение	8.30 – 9.00
Игры-занятия (по подгруппам)	9.00-9.10; 9.20-9.30
Совместная игровая деятельность	9.30 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 – 11.30
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30 – 12.00
Обед. «Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 12.30 12.30 – 15.00
Постепенный подъем, подготовка к полднику	15.00 – 15.10
«Приятного аппетита» Полдник	15.10 – 15.30
Совместная деятельность взрослого с детьми (игры-занятия)	15.40 – 15.50; 16.00-16.10
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	
«Приятно аппетита!». Ужин.	17.20 – 17.40
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, предметная деятельность. Индивидуальная работа.	18.00 – 19.00
Уход детей домой	

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №209»
С.В. Андрейчикова

Режим дня в холодный период

Первая младшая группа, 2-3 года

«Радость встреч» Прием детей, совместная деятельность. Индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
«Минутка бодрости» утренняя гимнастика	8.00 – 8.05
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.05 – 8.25
«Оздоровительная пауза», подготовка к занятиям	8.25 – 8.50
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам) (согласно расписания занятий)	8.50 – 9.00
Совместная игровая (предметная) деятельность, подготовка к прогулке	9.00 – 9.10; 9.20 – 9.30
Прогулка, возвращение с прогулки	9.30 – 9.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	10.00 – 11.30
Обед	11.30 – 12.10
«Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну. Дневной сон	12.10 – 12.40
Постепенный подъем, «Минутки бодрости»	12.40 – 15.00
«Приятного аппетита» Полдник	15.00 – 15.10
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	15.10 – 15.30
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	15.30 – 16.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	16.00 – 17.20
«Приятно аппетита!». Ужин	17.25 – 17.55
«Час игры» Самостоятельная игровая (предметная) деятельность детей, уход домой. Индивидуальная работа	18.00 – 19.00

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3

УТВЕРЖДЕНО

Заведующим МБДОУ
«Детский сад №209»

С.В. Андрейчикова



Режим дня в холодный период
Вторая младшая группа, 3-4 года

«Радость встреч». Прием детей, игровая деятельность. Индивидуальная работа с детьми	7.00 – 8.00
«Минутка бодрости» утренняя гимнастика	8.00 – 8.07
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.10 – 8.40
«Оживлялки» оздоровительная деятельность	8.40 – 9.00
«Мир познания» Организованная образовательная деятельность (согласно расписания занятий)	9.00 – 9.40
«Общение с природой» Подготовка к прогулке.	10.00 – 11.40
Прогулка, возвращение с прогулки	
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к обеду,	11.40 – 11.50
«Приятного аппетита», Обед	11.50 – 12.20
«Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, «Минутки бодрости»	15.00 – 15.10
«Приятного аппетита» Полдник	15.10 – 15.40
Самостоятельная игровая деятельность	15.40 – 16.10
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 17.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность,	17.20 – 17.30
подготовка к ужину	
«Приятно аппетита!». Ужин	17.30 – 17.55
«Час игры» Самостоятельная игровая деятельность детей, уход домой.	18.00 – 19.00

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3

УТВЕРЖДЕНО

Заведующим МБДОУ
«Детский сад №209»

С.В. Андрейчикова

Режим дня в холодный период

Средняя группа, 4 – 5 лет

«Здравствуйте, я пришел!». Прием детей, самостоятельная игровая деятельность.	7.00 – 8.00
Индивидуальная работа с детьми	
«Минутка бодрости» утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.10 – 8.45
«Оживлялки» оздоровительная деятельность	8.45 – 9.00
«Мир познания» Организованная образовательная деятельность (согласно расписания занятий)	9.00 – 9.40
Самостоятельная игровая деятельность в центрах развития	9.40 – 10.10
«Общение с природой» Подготовка к прогулке.	10.10-11.40
Прогулка, возвращение с прогулки	
«Моем с мылом чисто-чисто» Подготовка к обеду,	11.40 – 12.00
«Приятного аппетита», Обед	12.00 – 12.40
«Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры,	12.40 – 13.00
подготовка ко сну, дневной сон	13.00 - 15.00
Постепенный подъем, «Разминка бодрости»	15.00 – 15.15
«Приятного аппетита» Полдник	15.15 – 15.40
«Минутка затейника», игровая деятельность	15.40 – 16.10
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.30 – 17.55
«Приятно аппетита!». Ужин	
«Час игры» Самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.00 – 19.00

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3



Режим дня в холодный период

Старшая группа, 5-6 лет

«Мы рады встречи с Вами!». Прием детей, самостоятельная игровая деятельность.	7.00 – 8.00
Индивидуальная работа с детьми	
«Минутка вхождения в день» (коммуникативные игры)	8.00 - 8.20
«Минутка бодрости» утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.30 – 8.50
«Оживлялки» оздоровительная деятельность	8.50 – 9.00
«Мир познания» Организованная образовательная деятельность (согласно расписания занятий)	9.00 – 9.50;
«Играя - познаем и развиваемся», самостоятельная игровая деятельность	9.50 – 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка, возвращение с прогулки	10.30 – 12.10
«Умывайся, не ленись, чистым на обед садись»	
Подготовка к обеду,	
«Приятного аппетита», Обед	12.10 – 13.00
«Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, «Зарядка бодрости»	15.00 – 15.15
«Приятного аппетита» Полдник	15.20 – 15.40
«Час затейника», совместная образовательная деятельность	15.40 – 16.10
«Час свежего воздуха» Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.30 - 17.40
«Приятно аппетита!». Ужин	17.40 – 18.00
«Играем вместе» самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми. Уход домой	18.00 – 19.00

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
Протокол от 27.08.2026 №3



Режим дня в холодный период

Подготовительная к школе группа, 6 – 7 лет

«Мы рады встречи с Вами!». Прием детей, самостоятельная игровая деятельность.	7.00 – 8.00
Индивидуальная работа с детьми	
«Минутка вхождения в день» (коммуникативные игры)	8.00-8.25
«Минутка бодрости» утренняя гимнастика	8.25– 8.35
Подготовка к завтраку, «Приятного аппетита» завтрак	8.35– 8.50
«Оживлялки» оздоровительная деятельность	8.50 – 9.00
«Мир познания» Организованная образовательная деятельность (согласно расписания занятий)	9.00 – 10.30;
«Играя - познаем и развиваемся» Подготовка к прогулке. Прогулка, возвращение с прогулки	10.30 – 10.50
«Умывайся, не ленись, чистым на обед садись»	10.50 – 12.20
Подготовка к обеду, «Приятного аппетита», Обед	12.20 – 12.50
«Тихо, тихо спать пора...» Спокойные игры, подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, «Зарядка бодрости»	15.00 – 15.20
«Приятного аппетита» Полдник	15.20 – 15.40
«Час затейника», совместная образовательная деятельность	15.40 – 16.20
«Ну а вечером опять, мы отправимся гулять»	16.20 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка	
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	17.30- 17.40
«Приятно аппетита!». Ужин	17.40– 18.00
«Играем вместе» самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми. Уход домой	18.00 – 19.00