

ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963



«Утверждаю»  
Заведующий ФГБДОУ  
«Центр развития ребёнка  
детский сад «Сосны»

Ю.В. Щетенкова

«30» августа 2023 г.

**Федеральное государственное бюджетное  
дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента Российской Федерации**

## **ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНОЕ ВРЕМЯ ГОДА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

п. Сосны

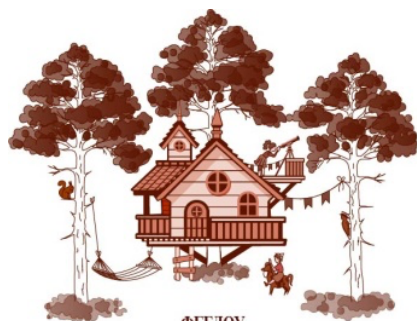
2023 г.



ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963

## Режим дня в группе раннего возраста в холодный период года

Режимные моменты	2-3 года
Прием и осмотр детей, индивидуальное общение, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 - 8.30
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям (с привлечением желающих детей), утренний круг	8.30 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-9.10
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам (в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	-
Второй завтрак	в соответствии с графиком
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.10-11.50
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	-
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.15
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры	15.15-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00
Совместная/ самостоятельная деятельность взрослого с детьми и/или занятия	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.10-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.00-19.30



ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963

**Режим дня в группе младшего  
дошкольного возраста  
в холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>3-4 года</b>
Прием и осмотр детей, индивидуальное общение, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям (с привлечением желающих детей), утренний круг	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.40
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам (в том числе индивид. общение педагога с детьми)	9.40-9.55
Второй завтрак	в соответствии с графиком
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.55-11.55
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам	11.55-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Совместная/ самостоятельная деятельность взрослого с детьми и/или занятия	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.15-18.15
Подготовка к ужину, ужин	18.15-18.45
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.45-19.30



ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963

**Режим дня в группе среднего  
дошкольного возраста  
в холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>4-5 лет</b>
Прием и осмотр детей, индивидуальное общение, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям (с привлечением желающих детей), утренний круг	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.50
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам (в том числе индивид. общение педагога с детьми)	9.50-10.05
Второй завтрак	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05-12.05
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам, трудовые поручения	12.05-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Совместная/ самостоятельная деятельность взрослого с детьми и/или занятия	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.15-18.15
Подготовка к ужину, ужин	18.15-18.45
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.45-19.30



ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963

## Режим дня в группе старшего дошкольного возраста в холодный период года

Режимные моменты	5-6 лет
Прием и осмотр детей, индивидуальное общение, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям (с привлечением желающих детей), утренний круг	8.45 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	в соответствии с расписанием
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам (в том числе индивид. общение педагога с детьми)	9.55-10.15
Второй завтрак	в соответствии с графиком
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15-12.00
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам, трудовые поручения	12.00-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Совместная/ самостоятельная деятельность взрослого с детьми и/или занятия	15.40-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.20-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.45
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.45-19.30





ФГБДОУ  
«Центр развития ребенка -  
детский сад «Сосны»  
Управления делами Президента  
Российской Федерации  
1963

**Режим дня в подготовительной  
к школе группе  
в холодный период года**

<b>Режимные моменты</b>	<b>6-7 лет</b>
Прием и осмотр детей, индивидуальное общение, игры, утренняя гимнастика	7.30 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям (с привлечением желающих детей), утренний круг	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	в соответствии с расписанием
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам (в том числе индивидуальное общение педагога с детьми)	в режимных моментах
Второй завтрак	в соответствии с графиком
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.05-12.20
Самостоятельная деятельность детей: игры, общение по интересам, дежурство	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Совместная/ самостоятельная деятельность взрослого с детьми и/или занятия	15.40-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.20-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.45
Самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.45-19.30