

Н.В. Еникеева  
Приказ № 43 п. 1.4 от 29.08.2025

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА** (от 2 до 3 лет)  
(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

Прием детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.00
Утренняя зарядка	8.00-8.10
Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность / гигиенические процедуры / подготовка к завтраку	8.10-8.30
1-ый завтрак	8.30-8.45
Подготовка к занятию / гигиенические процедуры	8.45-8.50
Самостоятельная деятельность (по подгруппам)	8.45-9.10
Занятие (1-я подгруппа)	8.50-9.00
Занятие (2-я подгруппа)	9.00-9.10
Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	9.10-9.30
Прогулка	9.30-10.20
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	10.20-10.30
Подготовка к завтраку / 2-ой завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке / гигиенические процедуры	10.40-10.50
Прогулка	10.50-11.50
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	11.50-12.00
Подготовка к обеду / обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну/ дневной сон / постепенный подъем	12.20-15.20
Закаливание / гигиенические процедуры /	15.20-15.30
Подготовка к полднику / полдник	15.30-15.50
Подготовка к занятию / гигиенические процедуры	15.50-16.00
Самостоятельная деятельность (подгрупповая)	16.00-16.30
Занятие (1-я подгруппа)	16.00-16.10
Перерыв /гигиенические процедуры/	16.10-16.20
Занятие (2-я подгруппа)	16.20-16.30
Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	16.30-16.50
Прогулка	16.50-18.00
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры/	18.00-18.10
Чтение художественной литературы	18.10-18.20
Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность. Уход детей домой	18.20-19.00

Режим разработан в соответствии с:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32;  
СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила к устройству, содержанию, режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;  
СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

Примечание:

- Продолжительность занятия в I половине дня: 10 мин
- Продолжительность занятия во II половине дня: 10 мин
- Продолжительность прогулки в I половине дня: 1 час 50 мин
- Продолжительность прогулки во II половине дня: 1 час 10 мин
- Продолжительность дневного сна: 3 часа

## РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

<b>Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность</b>		<b>7.00-8.05</b>
<b>Утренняя зарядка</b>		<b>8.00-8.10</b>
<b>Самостоятельная деятельность, игры</b>		<b>8.10-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры / 1-й завтрак</b>		<b>8.30-8.50</b>
<b>Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры</b>		<b>8.50-9.00</b>
<b>1. Занятие</b>		<b>9.00-9.15</b>
<b>Перерыв / гигиенические процедуры</b>		<b>9.15-9.25</b>
<b>2. Занятие</b>		<b>9.25-9.40</b>
<b>Самостоятельная деятельность</b>		<b>9.40-10.20</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры</b>		<b>10.20-10.30</b>
<b>2-ой завтрак</b>		<b>10.30-10.40</b>
<b>Подготовка к прогулке / прогулка</b>		<b>10.40-12.10</b>
<b>Возвращение с прогулки</b>	детей 3-х лет	<b>12.10-12.15</b>
	детей 4-х лет	<b>12.10-12.20</b>
<b>Подготовка к обеду / гигиенические процедуры / обед</b>	детей 3-х лет	<b>12.15-12.35</b>
	детей 4-х лет	<b>12.20-12.40</b>
<b>Подготовка ко сну / гигиенические процедуры</b>	детей 3-х лет	<b>12.35-12.40</b>
	детей 4-х лет	<b>12.40-12.45</b>
<b>Дневной сон</b>	детей 3-х лет	<b>12.40-15.40</b>
	детей 4-х лет	<b>12.45-15.15</b>
<b>Постепенный подъем / бодрящая гимнастика / подготовка к полднику</b>	детей 3-х лет	<b>15.40-15.45</b>
	детей 4-х лет	<b>15.15-15.30</b>
<b>Полдник</b>	детей 3-х лет	<b>15.45-16.00</b>
	детей 4-х лет	<b>15.30-15.50</b>
<b>Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность</b>		<b>15.50-16.05</b>
<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>		<b>16.05-16.20</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>		<b>16.20-16.30</b>
<b>Чтение художественной литературы</b>		<b>16.30-16.45</b>
<b>Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке</b>		<b>16.45-16.55</b>
<b>Прогулка</b>		<b>16.55-18.25</b>
<b>Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры</b>		<b>18.25-18.30</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой</b>		<b>18.30-19.00</b>

Режим разработан в соответствии с:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32;

СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила к устройству, содержанию, режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

Примечание:

- Продолжительность 1. занятия в I половине дня: 15 мин
- Продолжительность 2. занятия в I половине дня: 15 мин
- Продолжительность прогулки в I половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность прогулки во II половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность дневного сна у детей 3-х лет: 3 часа  
у детей 4-х лет: 2 часа 30 мин

## РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

<b>Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренняя зарядка</b>	<b>8.10-8.20</b>
<b>Игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>8.20-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры / 1-ый завтрак</b>	<b>8.30-8.55</b>
<b>Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры</b>	<b>8.55-9.00</b>
<b>1. Занятие</b>	<b>9.00-9.20</b>
<b>Перерыв</b>	<b>9.20-9.30</b>
<b>2. Занятие</b>	<b>9.30-9.50</b>
<b>Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>9.50-10.20</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры</b>	<b>10.20-10.30</b>
<b>2-ой завтрак</b>	<b>10.30-10.40</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>10.40-10.50</b>
<b>Прогулка</b>	<b>10.50-12.20</b>
<b>Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры</b>	<b>12.20-12.30</b>
<b>Обед</b>	<b>12.30-12.50</b>
<b>Подготовка ко сну/ дневной сон</b>	<b>12.50-15.20</b>
<b>Постепенный подъем, бодрящая гимнастика</b>	<b>15.20-15.30</b>
<b>Подготовка к полднику / полдник</b>	<b>15.30-15.50</b>
<b>Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей</b>	<b>15.50-16.10</b>
<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>16.10-16.30</b>
<b>Игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>16.30-16.40</b>
<b>Чтение художественной литературы</b>	<b>16.40-17.00</b>
<b>Подготовка к прогулке / гигиенические процедуры</b>	<b>17.00-17.10</b>
<b>Прогулка</b>	<b>17.10-18.40</b>
<b>Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры</b>	<b>18.40-18.45</b>
<b>Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой</b>	<b>18.45-19.00</b>

Режим разработан в соответствии с:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32;

СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила к устройству, содержанию, режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

Примечание:

- Продолжительность 1. занятия в I половине дня: 20 мин
- Продолжительность 2. занятия в I половине дня: 20 мин
- Продолжительность прогулки в I половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность прогулки во II половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность дневного сна: 2 часа 30 мин

## РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

<b>Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>7.00-8.20</b>
<b>Утренняя зарядка</b>	<b>8.20-8.30</b>
<b>Подготовка к завтраку / 1-й завтрак</b>	<b>8.30-8.55</b>
<b>Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры</b>	<b>8.55-9.00</b>
<b>1. Занятие</b>	<b>9.00-9.25</b>
<b>Перерыв</b>	<b>9.25-9.35</b>
<b>2. Занятие</b>	<b>9.35-10.00</b>
<b>Самостоятельная, совместная и индивидуальная деятельность педагога с детьми</b>	<b>10.00-10.25</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры</b>	<b>10.25-10.30</b>
<b>2-ой завтрак</b>	<b>10.30-10.35</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>10.35-10.50</b>
<b>Прогулка (наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность)</b>	<b>10.50-12.20</b>
<b>Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры</b>	<b>12.20-12.30</b>
<b>Обед</b>	<b>12.25-12.50</b>
<b>Подготовка ко сну/ дневной сон</b>	<b>12.50-15.20</b>
<b>Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику</b>	<b>15.20-15.30</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.30-15.40</b>
<b>3. Занятие</b>	<b>15.40-16.05</b>
<b>Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность</b>	<b>16.05-16.15</b>
<b>Чтение художественной литературы</b>	<b>16.15-16.40</b>
<b>Подготовка к прогулке</b>	<b>16.40-16.50</b>
<b>Прогулка (наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность)</b>	<b>16.50-18.20</b>
<b>Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры</b>	<b>18.20-18.30</b>
<b>Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой</b>	<b>18.30-19.00</b>

Режим разработан в соответствии с:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32;

СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила к устройству, содержанию, режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

Примечание:

- Продолжительность 1. занятия в I половине дня: 25 мин
- Продолжительность 2. занятия в I половине дня: 25 мин
- Продолжительность 3. занятия во II половине дня: 25 мин
- Продолжительность прогулки в I половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность прогулки во II половине дня: 1 час 30 мин
- Продолжительность дневного сна: 2 часа 30 мин

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**  
(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

<b>Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность</b>	<b>7.00-8.20</b>
<b>Утренняя зарядка</b>	<b>7.48-8.00</b>
<b>Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры</b>	<b>8.20-8.30</b>
<b>1-й завтрак</b>	<b>8.30-8.55</b>
<b>Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры</b>	
<b>1. Занятие</b>	<b>9.00-9.30</b>
<b>Перерыв</b>	<b>9.30-9.40</b>
<b>2. Занятие</b>	<b>9.40-10.10</b>
<b>Перерыв</b>	<b>10.10-10.20</b>
<b>3. Занятие</b>	<b>10.20-10.50</b>
<b>2-ой завтрак</b>	<b>10.50-10.55</b>
<b>Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке</b>	<b>10.55-11.05</b>
<b>Прогулка</b>	<b>11.05-12.25</b>
<b>Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры</b>	<b>12.25-12.30</b>
<b>Обед</b>	<b>12.30-12.50</b>
<b>Подготовка ко сну / дневной сон</b>	<b>12.50-15.20</b>
<b>Постепенный подъем, бодрящая гимнастика /закаливание / подготовка к полднику</b>	<b>15.20-15.30</b>
<b>Полдник</b>	<b>15.30-15.40</b>
<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>15.40-16.10</b>
<b>Игровая, трудовая и самостоятельная деятельность</b>	<b>16.10-16.20</b>
<b>Чтение художественной литературы</b>	<b>16.20-16.50</b>
<b>Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке</b>	<b>16.50-17.00</b>
<b>Прогулка (наблюдение, труд в природе, индивидуальная и самостоятельная деятельность, подвижная игра)</b>	<b>17.00-18.40</b>
<b>Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры</b>	<b>18.40-18.45</b>
<b>Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой</b>	<b>18.45-19.00</b>

Режим разработан в соответствии с:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32;

СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила к устройству, содержанию, режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утверждёнными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

Примечание:

- Продолжительность 1. занятия в I половине дня: 30 мин
- Продолжительность 2. занятия в I половине дня: 30 мин
- Продолжительность 3. занятия в I половине дня: 30 мин
- Продолжительность прогулки в I половине дня: 1 час 20 мин
- Продолжительность прогулки во II половине дня: 1 час 40 мин
- Продолжительность дневного сна: 2 часа 30 мин