

Утвержден:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 5 «Березка»  
города Алатыря Чувашской Республики:  
 /И.В. Михеева/  
Приказ № 32  
от « 31 » августа 2023 года

## **Режим дня**

**МБДОУ «Детский сад №5 «Березка» города  
Алатыря Чувашской Республики**

**на 2023 – 2024 учебный год**

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*I группа раннего возраста «Знайки»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, игры, самостоятельная деятельность	<b>7.00-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к играм-занятиям	<b>8.50-9.00</b>
Игры – занятия по подгруппам	<b>9.00-9.30</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>9.30-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>9.30-11.35</b>
Возвращение с прогулки	<b>11.35-11.50</b>
Подготовка к обеду	<b>11.50-12.00</b>
Обед	<b>12.00-12.20</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.20-15.20</b>
Постепенный подъем	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Игры – занятия по подгруппам	<b>15.50-16.20</b>
Подготовка к прогулке,	<b>16.20-16.30</b>
Прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
<b>Прогулка дома</b>	95 мин

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*II группа раннего возраста «Солнышко»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, игры, самостоятельная деятельность	<b>7.00-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к играм-занятиям	<b>8.50-9.00</b>
Игры – занятия по подгруппам	<b>9.00-9.30</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>9.30-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	<b>10.40-11.35</b>
Возвращение с прогулки	<b>11.35-11.50</b>
Подготовка к обеду	<b>11.50-12.00</b>
Обед	<b>12.00-12.20</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.20-15.20</b>
Постепенный подъем	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Игры – занятия по подгруппам	<b>15.50-16.20</b>
Подготовка к прогулке,	<b>16.20-16.30</b>
Прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
<b>Прогулка дома</b>	95 мин

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*Младшая группа «Радуга»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-9.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>9.50-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>10.40-11.50</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>11.50-12.00</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.00-12.30</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.30-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>15.50-16.20</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.20-16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*Младшая группа «Ласточка»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-9.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>9.50-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>10.40-11.50</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>11.50-12.00</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.00-12.30</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.30-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>15.50-16.20</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.20-16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
**Средняя группа «Светлячок»**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-9.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>9.50-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>10.40-11.50</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>11.50-12.00</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.00-12.30</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.30-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>15.50-16.20</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.20-16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*Старшая группа «Бабочка»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-10.00</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>10.00-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>10.40-12.15</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>12.15-12.25</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.25-12.55</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.55-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Организованная образовательная деятельность	<b>15.50-16.15</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.15-16.25</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.25-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
**Старшая группа «Теремок»**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-10.00</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>10.00-10.30</b>
Второй завтрак	<b>10.30-10.40</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>10.40-12.15</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>12.15-12.25</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.25-12.55</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>12.55-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Организованная образовательная деятельность	<b>15.50-16.15</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.15-16.25</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.25-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*Подготовительная к школе группа «Клубничка»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-10.50</b>
Второй завтрак	<b>10.50-11.00</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>11.00-12.25</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>12.25-12.35</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.35-13.00</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>13.00-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>15.50-16.20</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.20-16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
Прогулка дома	

**Режим дня**  
**на холодный период**  
*Подготовительная к школе группа «Сказка»*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	<b>7.00-8.10</b>
<b>Утренний круг</b>	<b>8.10-8.20</b>
Подготовка к завтраку	<b>8.20-8.30</b>
Завтрак	<b>8.30-8.50</b>
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	<b>8.50-9.00</b>
Организованная образовательная деятельность (общая длительность, включая перерыв)	<b>9.00-10.50</b>
Второй завтрак	<b>10.50-11.00</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	<b>11.00-12.25</b>
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	<b>12.25-12.35</b>
Подготовка к обеду, обед	<b>12.35-13.00</b>
Подготовка ко сну, дневной сон	<b>13.00-15.20</b>
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	<b>15.20-15.30</b>
Подготовка к полднику, полдник	<b>15.30-15.50</b>
Самостоятельная деятельность, игры, кружки	<b>15.50-16.20</b>
<b>Вечерний круг</b>	<b>16.20-16.30</b>
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	<b>16.30-17.00</b>
Прогулка дома	