

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №1
«Пчёлки»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-10.40
5.	Второй завтрак	10.40-10.50
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.50-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (вторник)</i>	15.30-16.10
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.10-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.55
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-б от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №2
«Радуга»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (четверг)</i>	9.00-11.00
5.	Второй завтрак	11.00-11.10
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.10-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.30-16.30
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

**Примечание:* В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №3
«Золотая Рыбка»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-10.55
5.	Второй завтрак	10.55-11.05
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.05-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.15
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.35
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.35-16.30
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.55
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

**Примечание:* В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №4
«Дюймовочка»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-11.35
5.	Второй завтрак	11.35-11.45
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.45-12.30
7.	Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.25
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.25-15.35
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.35-15.55
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.55-16.30
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.35
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.35-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Ир. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №5
«Золотой петушок»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-10.40
5.	Второй завтрак	10.40-10.50
6.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	10.50-11.45
7.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.45-12.35
8.	Подготовка к обеду, обед	12.35-12.55
9.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.25
10.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.25-15.35
11.	Подготовка к полднику. Полдник	15.35-15.55
12.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.55-16.35
13.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.35-17.35
14.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.35-17.50
15.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

**Примечание:* В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А/с №122 А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная группа №6
«Капельки»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-11.20
5.	Второй завтрак	11.20-11.30
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.30-12.15
7.	Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.10-15.20
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.40
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.40-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут


 «УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-6 от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 МАДОУ А.В. Панкратьева
 А/с №122

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная логопедическая группа
«Паровозик из Ромашкова»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (вторник)</i>	9.00-11.35
5.	Второй завтрак	11.35-11.45
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.45-12.30
7.	Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.25
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.25-15.35
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.35-15.55
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.55-16.25
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.35
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.35-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

ИЛИ


«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
подготовительная логопедическая группа
«Паровозик из Ромашкова»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-10.10
5.	Второй завтрак	10.10-10.20
6.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	10.20-11.35
7.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.35-12.25
8.	Подготовка к обеду, обед	12.25-12.45
9.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
10.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.15-15.25
11.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
12.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.45-16.25
13.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.30
14.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.50
15.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 90 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 30 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут


 «УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
старшая группа №1
«Звёздочки»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-11.00
5.	Второй завтрак	11.00-11.10
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.10-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.15
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.35
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.35-16.10
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.10-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.55
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 50 минут в день (или 75 при организации 1 занятия после дневного сна), с учетом продолжительности одного занятия не более 25 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева



**Режим дня
 на 2024-2025 учебный год
 старшая группа №2
 «Ручеёк»
 (холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.00-10.20
5.	Второй завтрак	10.20-10.30
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.30-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.15
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.35
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.35-16.25
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.55
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 50 минут в день (или 75 при организации 1 занятия после дневного сна), с учетом продолжительности одного занятия не более 25 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
старшая группа №3
«Бэмби»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.20
2.	Завтрак	08.20-08.50
3.	Утренний круг	08.50-09.00
4.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-10.55
5.	Второй завтрак	10.55-11.05
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.05-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.15
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.35
11.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (вторник)</i>	15.35-16.30
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.30
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-17.55
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 50 минут в день (или 75 при организации 1 занятия после дневного сна), с учетом продолжительности одного занятия не более 25 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут


 «УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
средняя группа №1
«Колобок»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (пятница)</i>	9.00-10.20
4.	Второй завтрак	10.20-10.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.30-12.00
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
10.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.30-16.30
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.20
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.20-17.50
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 40 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 20 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-6 от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева



**Режим дня
 на 2024-2025 учебный год
 средняя группа №2
 «Цветик-семицветик»
 (холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (четверг)</i>	9.00-11.00
4.	Второй завтрак	11.00-11.10
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.10-12.00
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.25
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
10.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.20
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе	16.20-17.30
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.30-18.00
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	18.00-19.00

**Примечание:* В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 40 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 20 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева



Режим дня
на 2024-2025 учебный год
средняя группа №3
«Смешарики»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (четверг)</i>	9.00-10.20
4.	Второй завтрак	10.20-10.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.30-12.00
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
10.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.30-16.30
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.20
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.20-17.50
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 40 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 20 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
средняя группа №4
«Буратино»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (пятница)</i>	9.00-10.30
4.	Второй завтрак	10.30-10.40
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.40-12.00
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
10.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.30-16.30
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.20
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.20-17.50
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

**Примечание:* В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 40 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 20 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР п/с №122
 А.В. Панкратьева



**Режим дня
 на 2024-2025 учебный год
 средняя группа №5
 «Летучий корабль»
 (холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (среда)</i>	9.00-11.00
4.	Второй завтрак	11.00-11.10
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	11.10-12.00
6.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.30
10.	Самостоятельная деятельность, игры, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	15.30-16.30
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.30-17.20
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.20-17.50
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 40 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 20 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



Режим дня
на 2024-2025 учебный год
2 младшая группа №1
«Котята»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.00-10.00
4.	Второй завтрак	10.00-10.10
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.10-11.40
6.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.10-15.25
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
10.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.25
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.25
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.25-17.55
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 30 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 15 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева

**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
2 младшая группа №2
«Лучики»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.00-10.20
4.	Второй завтрак	10.20-10.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.30-11.40
6.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.10-15.25
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
10.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.25
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.25
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.25-17.55
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 30 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 15 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



Режим дня
на 2024-2025 учебный год
2 младшая группа №3
«Журавушка»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.00-10.00
4.	Второй завтрак	10.00-10.10
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.10-11.40
6.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.10-15.25
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
10.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.25
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.25
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.25-17.55
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 30 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 15 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
2 младшая группа №5
«Янтарики»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Завтрак	08.30-09.00
3.	Игры, подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)* <i>Развивающие занятия с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.00-10.00
4.	Второй завтрак	10.00-10.10
5.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.10-11.40
6.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.10
7.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
8.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.10-15.25
9.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25-15.45
10.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.25
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.25-17.25
12.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.25-17.55
13.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.55-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 30 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 15 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева

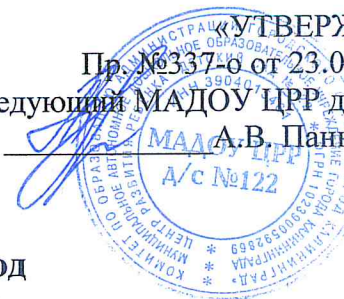


**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
1 младшая группа №1
«Маша и медведь»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
3.	Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-9.30
4.	Игры, самостоятельная деятельность <i>Развивающие игры с педагогом-психологом (понедельник)</i>	9.30-10.00
5.	Второй завтрак	10.00-10.20
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.20-11.20
7.	Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.30
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.45
11.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.10
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 20 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 10 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



Режим дня
на 2024-2025 учебный год
1 младшая группа №2
«Цыплята»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
3.	Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-9.30
4.	Игры, самостоятельная деятельность	9.30-10.00
5.	Второй завтрак	10.00-10.20
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.20-11.20
7.	Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.30
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.45
11.	Самостоятельная деятельность, игры <i>Развивающие игры с педагогом-психологом (вторник)</i>	15.45-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.10
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 20 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 10 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-о от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева



**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
1 младшая группа №3
«Солнышко»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
3.	Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-9.30
4.	Игры, самостоятельная деятельность <i>Развивающие игры с педагогом-психологом (пятница)</i>	9.30-10.00
5.	Второй завтрак	10.00-10.20
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.20-11.20
7.	Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.30
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.45
11.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.10
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 20 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 10 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут

«УТВЕРЖДАЮ»
Пр. №337-б от 23.08.2024г.
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
А.В. Панкратьева

**Режим дня
на 2024-2025 учебный год
1 младшая группа №4
«Теремок»
(холодный период)**

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
3.	Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-9.30
4.	Игры, самостоятельная деятельность	9.30-10.00
5.	Второй завтрак	10.00-10.20
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.20-11.20
7.	Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.30
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.45
11.	Самостоятельная деятельность, игры <i>Развивающие игры с педагогом-психологом (понедельник)</i>	15.45-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.10
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 20 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 10 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут


 «УТВЕРЖДАЮ»
 Пр. №337-о от 23.08.2024г.
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №122
 А.В. Панкратьева

Режим дня
на 2024-2025 учебный год
1 младшая группа №5
«Сказка»
(холодный период)

№ п/п	Режимный момент	Время
1.	Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-8.30
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
3.	Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)*	9.00-9.30
4.	Игры, самостоятельная деятельность <i>Развивающие игры с педагогом-психологом (пятница)</i>	9.30-10.00
5.	Второй завтрак	10.00-10.20
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, организованные подвижные игры	10.20-11.20
7.	Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00
9.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.30
10.	Подготовка к полднику. Полдник	15.30-15.45
11.	Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.20
12.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд в природе.	16.20-17.10
13.	Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. Ужин	17.10-17.50
14.	Игры; вечерняя прогулка, уход домой	17.50-19.00

*Примечание: В режиме дня указана общая продолжительность дневной суммарной нагрузки не более 20 минут в день, с учетом продолжительности одного занятия не более 10 минут и перерывов между занятиями не менее 10 минут