

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
Н.С. Зарубина  
Приказ № 140 от «28» августа 2025 г

## Организация режима пребывания детей в МБДОУ № 12 Холодный период года раннего возраста (2-3 года)

| Время                      | Режимные моменты                                                          | Содержание                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.30-8.00                  | Утренний прием детей.<br>Минутки игры.<br>Индивидуальная работа с детьми. | Прием детей. Взаимодействие с родителями. Игровая деятельность детей. Индивидуальные и подгрупповые дидактические, самостоятельные игры.                                                   |
| 8.00 - 8.10                | Утренняя гимнастика                                                       | Физическая активность, игровая, корригирующая гимнастика.                                                                                                                                  |
| 8.10 - 8.30                | Подготовка к завтраку.<br>Завтрак                                         | Формирование гигиенических навыков, пользование столовыми приборами, использование художественного слова.                                                                                  |
| 8.30-9.00                  | Утренний круг (2ая половина года). Игры                                   | Обсуждение нового образовательного события, развивающий диалог. Игровая деятельность, самостоятельная деятельность                                                                         |
| 9.00-9.10<br>9.20-9.30     | Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)                  | Развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам и фронтальные.                                                                                                        |
| 9.30 - 9.45                | Второй завтрак                                                            | Прием пищи, формирование культурно – гигиенических навыков.                                                                                                                                |
| 9.45 - 11.15               | Подготовка к прогулке<br>Прогулка                                         | Обучение навыкам самообслуживания.<br>Укрепление здоровья детей, создание условий для двигательной активности.<br>Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, наблюдение. |
| 11.15 - 11.30              | Возвращение с прогулки.<br>Водные процедуры.<br>Подготовка к обеду.       | Обучение навыкам самообслуживания, индивидуальная работа.                                                                                                                                  |
| 11.30 -12.00               | Обед.<br>Подготовка ко сну                                                | «Это время – для обеда, значит нам за стол пора!»<br>формирование навыков самообслуживания                                                                                                 |
| 12.00-15.00                | Сон                                                                       | Создание тихой, благоприятной обстановки для сна.                                                                                                                                          |
| 15.00-15.20                | Подъем. Воздушные и водные процедуры.                                     | Гимнастика пробуждения.                                                                                                                                                                    |
| 15.20- 15.40               | Полдник                                                                   | Воспитание культуры еды, аккуратности, навыков самостоятельности.                                                                                                                          |
| 15.40-15.50<br>16.00-16.10 | Образовательная деятельность (по подгруппам)                              | Развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам и фронтальные.                                                                                                        |
| 16.10 -16.30               | Вечерний круг (2ая половина года) Игры                                    | Обсуждение с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Игровая деятельность, самостоятельная деятельность                                                                            |
| 16.30-17.30                | Подготовка к прогулке.<br>Прогулка.<br>Уход детей домой.                  | Укрепление здоровья детей.<br>Самостоятельная игровая деятельность, наблюдения, игры, трудовые поручения, индивидуальная работа.<br>Взаимодействие с родителями.                           |



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12

Н.С. Зарубина  
Приказ № 140 от «28» августа 2025 г.

# Организация режима пребывания детей в МБДОУ № 12 Холодный период года. Возрастная группа 3-4 года

| Время                    | Режимные моменты                                                    | Содержание                                                                                                                                                                         |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.30 – 8.00              | Утренний прием детей.<br>Минутки игры.                              | Прием детей. Взаимодействие с родителями. Игровая деятельность детей. Индивидуальные и подгрупповые дидактические, самостоятельные игры. Индивидуальная работа с детьми.           |
| 8.00- 8.10               | Утренняя гимнастика                                                 | Физическая активность, игровая, корригирующая гимнастика.                                                                                                                          |
| 8.10 - 8.30              | Подготовка к завтраку,<br>завтрак                                   | Формирование гигиенических навыков, пользование столовыми приборами, использование художественного слова. Соблюдение правил приема пищи.                                           |
| 8.30-9.00                | Утренний круг.<br>Игры                                              | Обсуждение нового образовательного события, развивающий диалог. Игровая деятельность, самостоятельная деятельность в центрах активности по интересам.                              |
| 9.00- 9.15<br>9.25 -9.40 | «Хочу все знать!»<br>Непрерывная образовательная деятельность       | Обучение, воспитание и развитие детей в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.              |
| 10 минут                 | Перерыв между занятиями.                                            | Физические упражнения и малоподвижные игры. Динамическая пауза.                                                                                                                    |
| 9.40–10.10               | Второй завтрак. Подготовка к прогулке                               | Прием пищи, формирование культурно – гигиенических навыков. Обучение навыкам самообслуживания.                                                                                     |
| 10.10-11.40              | Прогулка                                                            | Укрепление здоровья детей, создание условий для двигательной активности. Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа, наблюдение.                                  |
| 11.40-12.00              | Возвращение с прогулки,<br>водные процедуры,<br>подготовка к обеду. | Обучение навыкам самообслуживания, индивидуальная работа.                                                                                                                          |
| 12.00 – 12.30            | Обед<br>Подготовка ко сну                                           | «Это время – для обеда, значит нам за стол пора!» формирование навыков самообслуживания, аккуратности, соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами.  |
| 12.30-15.00              | Сон                                                                 | Создание тихой, благоприятной обстановки для сна.                                                                                                                                  |
| 15.00-15.15              | Подъем, воздушные и водные процедуры.                               | Гимнастика пробуждения.                                                                                                                                                            |
| 15.15- 15.40             | Полдник                                                             | Воспитание культуры еды, аккуратности, навыков самостоятельности.                                                                                                                  |
| 15.40-16.30              | Вечерний круг,<br>Самостоятельная деятельность детей                | Обсуждение с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Самостоятельные игры детей. Индивидуальная работа с детьми. Различная деятельность в центрах активности по интересам. |
| 16.30-17.30              | Подготовка к прогулке,<br>прогулка, уход детей домой.               | Укрепление здоровья детей. Самостоятельная игровая деятельность, наблюдения, игры, трудовые поручения, индивидуальная работа. Взаимодействие с родителями.                         |



**Организация режима пребывания детей в МБДОУ №12**  
**Холодный период года. Возрастная группа 4-5 лет**

| Режимные моменты                                                          | Вид деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Время в режиме дня                      |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Утренний прием детей.<br>Минутки игры.<br>Индивидуальная работа с детьми. | Прием детей. Взаимодействие с родителями. Игровая деятельность детей. Индивидуальные и подгрупповые дидактические, самостоятельные игры.                                                                                                                                                                         | 7.30 - 8.10<br>(40 мин)                 |
| Утренняя гимнастика                                                       | Физическая активность. Разные комплексы гимнастики: игровая, корригирующая, беговая, гимнастика с предметами.                                                                                                                                                                                                    | 8.10 - 8.20<br>(10 мин)                 |
| Подготовка к завтраку.                                                    | Использование художественного слова.<br><i>Формирование гигиенических навыков подготовки к приему пищи</i> (внешний вид, чистые руки). Самообслуживание.                                                                                                                                                         | 8.20- 8.40<br>(20 мин)                  |
| Завтрак                                                                   | Формирование навыков самообслуживания: соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами                                                                                                                                                                                                 |                                         |
| Утренний круг                                                             | Обсуждение нового образовательного события, дети договариваются о совместных правилах группы, развивающий диалог.                                                                                                                                                                                                | 8.40 – 9.00<br>(20 мин)                 |
| <b>«Хочу все знать»</b> (непрерывная образовательная деятельность)        | <i>Обучение, воспитание и развитие детей</i> в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.                                                                                                                                     | 9.00 - 9.20<br>9.30 - 9.50<br>(40 мин.) |
| Перерывы между занятиями.                                                 | Физические упражнения и малоподвижные игры. Динамическая пауза.                                                                                                                                                                                                                                                  | 10 минут                                |
| Самостоятельная деятельность детей.                                       | Игровые ситуации. Самостоятельная игровая деятельность.                                                                                                                                                                                                                                                          | 9.50-10.00<br>(10 мин.)                 |
| Второй завтрак                                                            | Формирование культуры еды (соблюдение правил приема пищи). Самообслуживание.                                                                                                                                                                                                                                     | 10.00-10.10<br>(10 мин.)                |
| Подготовка к прогулке.<br>Дневная прогулка                                | Формирование навыков самообслуживания. Взаимопомощь. Разнообразная самостоятельная двигательная активность; подвижные и сюжетные игры, игровые упражнения; соревнования, тематические наблюдения. Индивидуальная работа с детьми. Совместный со взрослыми посильный труд на участке. Игры с выносным материалом. | 10.00-11.50<br>(1 ч 50 мин)             |
| Возвращение с прогулки.                                                   | Формирование социально-бытовых навыков (культурно-гигиенические, правила самостоятельного одевания). Чтение знакомых произведений. Индивидуальная работа                                                                                                                                                         | 11.50-12.00<br>(10 мин.)                |
| Подготовка к обеду.<br>Обед                                               | Формирование навыков самообслуживания, аккуратности, соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами.                                                                                                                                                                                  | 12.00-12.20<br>(20 мин)                 |
| Подготовка ко сну                                                         | Релаксационная подготовка (успокоение, настрой на сон). Соблюдение гигиенических навыков подготовки ко сну (умывание, полоскание полости рта).                                                                                                                                                                   | 12.20–12.30<br>(10 мин)                 |
| Дневной сон                                                               | Восстановление психофизического потенциала ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                              | 12.30-15.00<br>(2 ч 30 мин)             |
| Подъем.                                                                   | Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.                                                                                                                                                                                                                                                       | 15.00–15.20<br>(20 мин)                 |
| Подготовка к полднику<br>Полдник                                          | Формирование навыков самообслуживания, аккуратности, культуры еды. Совершенствование навыков культурного поведения за столом.                                                                                                                                                                                    | 15.20–15.40<br>(20 мин)                 |
| Вечерний круг.<br>Совместная и самостоятельная деятельность               | Обсуждение с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Сюжетные игры детей. Индивидуальная работа с детьми. Различная деятельность в центрах развития детей по интересам.                                                                                                                                  | 15.40–16.30<br>(50 мин)                 |
| Подготовка к прогулке<br>Прогулка.<br>Уход детей домой                    | Укрепление здоровья детей и совершенствование основных видов движений. Самостоятельная игровая деятельность, индивидуальная работа. Взаимодействие с родителями.                                                                                                                                                 | 16.30-17.30<br>(1 час)                  |



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
Н.С. Зарубина  
Приказ № 140 от «28» августа 2025 г.



## Организация режима дня пребывания детей в МБДОУ № 12

### Холодный период года. Возрастная группа 5-6 лет

| Время                       | Режимные моменты                                                          | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.30-8.10                   | Утренний прием детей.<br>Минутки игры.<br>Индивидуальная работа с детьми. | Обеспечение постепенного вхождения ребенка в жизнь детского сада; создание спокойного психологически комфортного настроения для каждого ребенка; способствовать; содействовать формированию у детей чувства общности. Игры, самообслуживание или бытовой труд и др. Общение детей по интересам. Наблюдения. Самостоятельная деятельность детей |
| 8.10- 8.20                  | Утренняя гимнастика                                                       | Физическая активность. Разные комплексы гимнастики: игровая, корригирующая, беговая, гимнастика с предметами. Музыкальное сопровождение.                                                                                                                                                                                                       |
| 8.20 - 8.40                 | Подготовка к завтраку, завтрак                                            | Дежурство детей, воспитание культурно-гигиенических навыков.                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 8.40 -9.00                  | Утренний круг                                                             | Обсуждение нового образовательного события, дети договариваются о совместных правилах группы, развивающий диалог.                                                                                                                                                                                                                              |
| 9.00 – 9.25<br>9.35 – 10.00 | «В мире знаний!»<br>Непрерывная образовательная деятельность              | Все виды детской активности<br>(между занятиями перерыв не менее 10 минут)                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 10.00 -10.10                | Второй завтрак                                                            | Прием пищи, воспитание культурно-гигиенических навыков. Самообслуживание.                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 10.10 - 12.00               | Подготовка к прогулке<br><br>Прогулка                                     | Обучение навыкам самообслуживания.<br>Укрепление здоровья детей и оптимизация двигательной активности. Создание условий для разнообразной самостоятельной двигательной активности; подвижные игры, пробежки; индивидуальная работа с детьми, труд. Тематические наблюдения. Игры с выносным материалом.                                        |
| 12.00- 12.10                | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду.             | Обучение навыкам самообслуживания, индивидуальная работа, дежурство. Чтение знакомых произведений. Аудиозаписи спокойной музыки.                                                                                                                                                                                                               |
| 12.10 -12.30                | Обед, подготовка ко сну                                                   | Соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами.                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 12.30-15.00                 | Сон                                                                       | Создание тихой, благоприятной обстановки для сна.<br>Релаксационная подготовка (успокоение, настрой на сон).                                                                                                                                                                                                                                   |
| 15.00-15.15                 | Подъем, процедуры                                                         | Корригирующая гимнастика. Закаливающие процедуры.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 15.15- 15.35                | Подготовка к полднику Полдник                                             | Самообслуживание. Воспитание культуры поведения за столом.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 15.35-16.00                 | Самостоятельная деятельность                                              | Самодетельные игры детей. Индивидуальная работа с детьми. Различная деятельность в центрах развития детей по интересам.                                                                                                                                                                                                                        |
| 16.00-16.25                 | «В мире знаний!»                                                          | Все виды детской активности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 16.25-17.30                 | Вечерний круг.<br>Подготовка к прогулке.<br>Прогулка.<br>Уход домой       | Обсуждение с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Укрепление здоровья детей и совершенствование основных видов движений. Формирование у детей чувства общности. Наблюдения, игры, общение, труд. Самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа. Взаимодействие с родителями.                                            |



**Организация режима дня пребывания детей в МБДОУ №12**  
**Холодный период года. Возрастная группа с 6-7 лет**

| Режимные моменты                                                 | Вид деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Время в режиме дня                       |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Прием детей                                                      | Самостоятельная и совместная со взрослым игровая деятельность. Общение детей по интересам. Индивидуальная работа с детьми. Гимнастика (артикуляционная, дыхательная, пальчиковая). Общественно-полезный труд.                                                                                                           | 7.30 - 8.10<br>(40 мин)                  |
| Утренняя гимнастика                                              | Физическая активность. Разные комплексы гимнастики. Музыкальное сопровождение.                                                                                                                                                                                                                                          | 8.10 - 8.20<br>(10 мин)                  |
| Подготовка к завтраку.                                           | Формирование гигиенических навыков подготовки к приему пищи (внешний вид, чистые руки). Самообслуживание. Закаливание.                                                                                                                                                                                                  | 8.20 - 8.40<br>(20 мин)                  |
| Завтрак                                                          | Формирование навыков самообслуживания, аккуратности, соблюдение правил этикета и приема пищи.                                                                                                                                                                                                                           |                                          |
| Утренний круг                                                    | Проблемные, игровые, образовательные ситуации. Настрой на образовательную деятельность. Совместное планирование образовательной деятельности на день, обсуждение правил.                                                                                                                                                | 8.40 – 9.00<br>(20 мин)                  |
| «Хочу все знать» (непрерывная образовательная деятельность)      | Обучение, воспитание и развитие детей в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.                                                                                                                                                   | 9.00 - 9.30<br>9.40 - 10.10<br>(60 мин.) |
| Перерывы между занятиями.                                        | Физические упражнения и малоподвижные игры. Зрительные упражнения и координаторы. Динамическая пауза.                                                                                                                                                                                                                   | Не менее 10 минут                        |
| Подготовка к приему пищи. Второй завтрак                         | Формирование культуры еды (соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами). Самообслуживание.                                                                                                                                                                                                | 10.10-10.20<br>(10 мин.)                 |
| Подготовка к прогулке. Дневная прогулка                          | Формирование навыков самообслуживания. Взаимопомощь. Разнообразная самостоятельная двигательная активность; подвижные и самостоятельные игры, игровые упражнения; соревнования, тематические наблюдения. Индивидуальная работа с детьми. Совместный со взрослыми посильный труд на участке. Игры с выносным материалом. | 10.20 -12.10<br>(1 час 50 мин)           |
| Возвращение с прогулки.                                          | Формирование навыков самообслуживания, аккуратности. Уход за одеждой и обувью, взаимопомощь. Гигиенические процедуры.                                                                                                                                                                                                   |                                          |
| Подготовка к обеду. Обед                                         | Формирование навыков самообслуживания, аккуратности, соблюдение правил приема пищи, правильное пользование столовыми приборами.                                                                                                                                                                                         | 12.10 -12.35<br>(25 мин)                 |
| Подготовка ко сну                                                | Релаксационная подготовка (успокоение, настрой на сон). Соблюдение гигиенических навыков подготовки ко сну (умывание, полоскание горла).                                                                                                                                                                                | 12.35 – 12.45<br>(10 мин)                |
| Дневной сон                                                      | Восстановление психофизического потенциала ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                     | 12.45-15.15<br>(2,5 часа)                |
| Подъем.                                                          | Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.                                                                                                                                                                                                                                                              | 15.15–15.25<br>(20 мин)                  |
| Подготовка к полднику. Полдник                                   | Самообслуживания. Формирование гигиенических навыков (умывание, полоскание горла). Совершенствование навыков культурного поведения за столом.                                                                                                                                                                           | 15.25–15.45<br>(20 мин)                  |
| Самостоятельная деятельность детей                               | Самостоятельные игры детей. Индивидуальная работа с детьми. Различная деятельность в центрах развития детей по интересам. Мастерские. Экспериментирование.                                                                                                                                                              | 15.45–16.00<br>(15 мин)                  |
| «Хочу все знать» (непрерывная образовательная деятельность)      | Обучение, воспитание и развитие детей в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.                                                                                                                                                   | 16.00-16.30<br>(30 мин)                  |
| Вечерний круг. Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой | Обсуждение с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Самооценка, самоанализ, самоконтроль. Формирование навыков самообслуживания. Наблюдения, игры, общение, труд. Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Взаимодействие с родителями                                              | 16.30-17.30<br>(1 час)                   |
|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                          |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026