Утверждаю
Заведующий МДОБУ
Детский сад № 132
О.В.Коломоец

Примерный режим дня первая младшая группа «Гномики» (Холодный период) с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
07:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней и дыхательной
	осмотр	гимнастики. Гигиенические и закаливающие
	самостоятельная	процедуры. Взаимодействие с семьями.
	деятельность	Организация детской деятельности, трудовые
		поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:00	Занятия	Занятия, занятия со специалистами, совместная
		и самостоятельная деятельность, игры.
10:00-10:10	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:10-11:50	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка: наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
11:50-12:00	Возращение с прогулки/	Гигиенические процедуры. Игры
	Подготовка к обеду	
12:00-12:30	Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
12:30-15:30	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
		сном.
15:30-15:40	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна,
		закаливающие процедуры. Гигиенические
		процедуры.
15:40-16:00	Полдник	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
16:00-16:10	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:10-16:30	Организация игровой	Занятия, совместная и самостоятельная
	деятельности/	деятельность, игры. Индивидуальная работа.
	самостоятельная	
1.00.10.00	деятельность	
16:30-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской
	прогулка. Уход домой	деятельности. Взаимодействие с семьями.

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
Детский сад № 132
О.В.Коломоец

Примерный режим дня вторая младшая группа «Радуга» (Холодный период) с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
07:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней гимнастики.
	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация
	1	детской деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
	1	самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:00	Подготовка /	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	организованная	и самостоятельная деятельность, игры.
	деятельность взрослых и	
	детей	
10:00-10:10	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:10-11:50	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка:наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
11:50-12:00	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:00-12:30	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
12:30-15:30	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
		сном.
15:30-15:40	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна,
		закаливающие процедуры. Гигиенические
		процедуры.
15:40-16:00	Полдник	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
	_	самообслуживания во время приёма пищи.
16:00-16:10	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:10-16:30	Организация игровой	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	деятельности/	и самостоятельная деятельность, игры, кружки.
	самостоятельная	Индивидуальная работа.
	деятельность	
16:30-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской
	прогулка	деятельности. Взаимодействие с семьями.

Утверждаю Заведующий МДОБУ Детский сад № 132 _____ О.В.Коломоец

Примерный режим дня средняя группа «Пчелки» (Холодный период)

(холодный период)		
с 01.09.2023по 31.05.2024 года		
Режимные моменты Содержание образовательной деятельности		
Прием детей	Проведение утренней гимнастики.	
осмотр Гигиенические и закаливающие процедуры.		
свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация	

Время 07:30-08.20

	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация
		детской деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
	_	самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:30	Подготовка / Занятия	Занятия, занятия со специалистами, совместная
		и самостоятельная деятельность, игры.
10:30-10:40	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:40-12:20	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка: наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
12:20-12:30	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:30-13:00	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
12.00.17.20		самообслуживания во время приёма пищи.
13:00-15:30	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
15.00.15.10	-	CHOM.
15:30-15:40	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна,
		закаливающие процедуры. Гигиенические
15 40 16 10	П	процедуры.
15:40-16:10	Полдник	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
16 10 16 20	D .	самообслуживания во время приёма пищи.
16:10-16:20	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:20-16:40	Организация игровой	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	деятельности/	и самостоятельная деятельность, игры, кружки.
	самостоятельная	Индивидуальная работа.
16.50 19.00	Деятельность	Opposition
16:50-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской
	прогулка	деятельности.взаимодействиес семьями.

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
Детский сад № 132
О.В.Коломоец

Примерный режим дня старшая группа «Звездочки» (Холодный период) с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
07:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней гимнастики.
	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация
		детской деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:00	Подготовка к	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	занятию.Занятия.	и самостоятельная деятельность, игры.
		Индивидуальная работа.
10:10-10:20	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:30-10:40	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка:наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
12:10-12:35	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:40-13:10	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
13:10-15:40	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
		сном.
15:40-15:50	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна,
		закаливающие процедуры. Гигиенические
		процедуры.
15:50-16:00	Полдник	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
16:00-16:10	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:00-16:35	Организация игровой	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	деятельности/	и самостоятельная деятельность, игры, кружки.
	самостоятельная	
1.05.10.00	деятельность	
16:35-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской

Утверждаю
Заведующий МДОБУ

прогулка

Детский сад № 132 О.В.Коломоец

деятельности. Взаимодействие с семьями.

Примерный режим дня старшая группа «Цыплята» (Холодный период) с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
07:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней гимнастики.
	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация
	_	детской деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
	_	самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:00	Подготовка к занятию.	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	Занятия.	и самостоятельная деятельность, игры.
		Индивидуальная работа.
10:10-10:20	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:30-10:40	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка:наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
12:10-12:35	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:40-13:10	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
13:10-15:40	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
		сном.
15:40-15:50	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна,
		закаливающие процедуры. Гигиенические
		процедуры.
15:50-16:00	Полдник	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
16:00-16:10	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:00-16:35	Организация игровой	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	деятельности/	и самостоятельная деятельность, игры, кружки.
	самостоятельная	
	деятельность	

16:35-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской
	прогулка	деятельности. Взаимодействие с семьями.

Утверждаю Заведующий МДОБУ детский сад № 132 _____О.В.Коломоец

Примерный режим дня подготовительная группа «Знайки» (Холодный период)

с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
07:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней гимнастики.
	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взамодействие с семьями. Организация детской
		деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:10	Подготовка /	Занятия, занятия со специалистами, совместная
	организованная	и самостоятельная деятельность, игры.
	деятельность взрослых и	
	детей	
10:10-10:20	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
11.00.10.00	_	самообслуживания во время приёма пищи.
11:20-12:20	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка:наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
12.20 12.40	D	детьми. Чтение художественной литературы.
12:30-12:40	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:40-13:00	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
13:00-15-30	По уготорио из охуу/Сох	самообслуживания во время приёма пищи.
13:00-13-30	Подготовка ко сну/Сон	Чтение художественной литературы перед
15:30-15:40	Полгом	CHOM.
13.30-13.40	Подъем	Постепенный подьем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Гигиенические
15:40-16:00	Полдник	процедуры. Приём пищи. Обучение культурно-
13.40-10.00	ПОЛДНИК	Приём пищи. Обучение культурногигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
16:00-16:10	Вечерний круг	Общий сбор группы
16:20-17:00	Организация игровой	Занятия, занятия со специалистами, совместная
10.20-17.00	деятельности/	и самостоятельная деятельность, игры, кружки.
	делтельпости	и самостоятсявная деятсявность, игры, кружки.

	самостоятельная	Индивидуальная работа.
	деятельность	
17:00-18:00	Подготовка к прогулке/	Организация различных видов детской
	прогулка	деятельности. Взаимодействие с семьями.

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
детский сад № 132
О.В.Коломоец

Примерный режим дня Группа ГКП «Адаптационная» (Холодный период) с 01.09.2023 по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
08:00-08.20	Прием детей	Проведение утренней и дыхательной
	осмотр	гимнастики. Гигиенические и закаливающие
	самостоятельная	процедуры. Взаимодействие с семьями.
	деятельность	Организация детской деятельности, трудовые
		поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:00	Занятия	Занятия, занятия со специалистами, совместная
		и самостоятельная деятельность, игры.
10:00-10:10	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:10-11:50	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка: наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
11:50-12:00	Возращение с прогулки/	Гигиенические процедуры. Игры
	Подготовка к обеду	
12:00-13:0	Обед/Уход домой	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
детский сад № 132
О.В.Коломоец

Примерный режим дня Группы ГКП «Играя обучаюсь» (Холодный период) с 01.09.2023по 31.05.2024 года

Время	Режимные моменты	Содержание образовательной деятельности
08:30-08.20	Прием детей	Проведение утренней гимнастики.
	осмотр	Гигиенические и закаливающие процедуры.
	свободная игра	Взаимодействие с семьями. Организация
		детской деятельности, трудовые поручения.
08:30-08:50	Подготовка к завтраку.	Приём пищи. Обучение культурно-
	Завтрак №1	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
		Самостоятельная деятельность детей.
08:50-09:00	Утренний круг	Общий сбор группы
09:00 -10:30	Подготовка / Занятия	Занятия, занятия со специалистами, совместная
		и самостоятельная деятельность, игры.
10:30-10:40	Завтрак №2	Приём пищи. Обучение культурно-
		гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.
10:40-12:20	Подготовка к	Организация и координация самостоятельной
	прогулке/прогулка	деятельности детей. Обучение навыкам
	Самостоятельная	самообслуживания при одевании на прогулку.
	деятельность детей	Прогулка: наблюдения в природе, трудовые
		поручения, игры, индивидульная работа с
		детьми. Чтение художественной литературы.
12:20-12:30	Возращение с прогулки	Гигиенические процедуры. Игры
12:30-13:00	Подготовка к обеду/Обед	Приём пищи. Обучение культурно-
	Уход домой.	гигиеническим навыкам, навыкам
		самообслуживания во время приёма пищи.