



Примерный режим дня на холодный период
1 младшая группа

Прием детей, осмотр, игровая и совместная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 - 08.30
Игры, подготовка к занятиям	08.40 – 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.00–09.40
Подготовка к прогулке, прогулка	09.40-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.10-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-11.50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	11.50-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30–16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-17.00
Ужин	17.10-17.20
Совместная деятельность, уход детей домой	17.20-19.00

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБДОУ

«Детский сад №199»

от 27.08.2026 № 66-осм

для заведующий

А.С. Легостаева



**Примерный режим дня на холодный период
2 младшая группа**

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-08.10
Завтрак	08.20-08.40
Игры, подготовка к занятиям	08.40-09.00
Занятия	09.00-09.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.50-11.20
Обед	11.40-12.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.00-15.00
Полдник	15.10-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия (при необходимости)	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-17.10
Ужин	17.15-17.35
Уход домой	до 19.00



УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ
«Детский сад №199»
от 27.08.2026 №66 - осн
заведующий
А.С. Легостаева

Примерный режим дня на холодный период
Средняя группа

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-08.21
Завтрак	08.21-08.40
Игры, подготовка к занятиям	08.40-09.00
Занятия	09.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.30
Обед	11.50-12.10
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.10-15.15
Полдник	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-17.20
Ужин	17.30-17.50
Уход домой	до 19.00

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБДОУ

«Детский сад №199»

от 27.08.2026 № 66-осм

заведующий

А.С. Легостаева



Примерный режим дня на холодный период

Старшая группа

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-08.20
Завтрак	08.20-08.40
Игры, подготовка к занятиям	08.40-09.00
Занятия	09.00-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.35-11.50
Обед	12.0-12.20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.20-15.15
Полдник	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия (при необходимости)	15.25-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-17.20
Ужин	17.30-17.50
Уход домой	до 19.00

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБДОУ

«Детский сад №199»

от 27.08.2026 №66 - осн

для заведующий

А.С. Легостаева



Примерный режим дня на холодный период
Подготовительная группа

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00-08.36
Завтрак	08.40-08.55
Игры, подготовка к занятиям	08.50-09.00
Занятия	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.50-12.00
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.40-15.15
Полдник	15.15-15.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, занятия (при необходимости)	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.00-17.40
Ужин	17.40-17.50
Уход домой	до 19.00