

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



**Режим дня холодный период  
(группа раннего возраста)**

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.08	Утренняя гимнастика
8.08 – 8.20	Игры. Самостоятельная деятельность
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД) по подгруппам
9.30 – 9.40	Игры. Самостоятельная деятельность
9.40 – 9.50	Второй завтрак
9.50 – 11.30	Подготовка к прогулке Дневная прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.25	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические процедуры
15.25 – 15.55	Игры. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД) по подгруппам
15.55 – 16.20	Подготовка к полднику. Полдник
16.20 – 16.40	Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



### Режим дня холодный период (младшая группа)

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.30	Игры. Самостоятельная деятельность
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 9.50	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД)
9.50 – 10.00	Игры. Самостоятельная деятельность
10.00 – 10.30	Второй завтрак, подготовка к прогулке
10.30 – 11.30	Дневная прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.50	Подъем. Ленивая гимнастика. Общение и деятельность по интересам. Игры, досуги.
15.50 – 16.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.00 – 16.30	Полдник
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ № 147  
М.С. Сушенцева  
Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



### Режим дня холодный период (средняя группа)

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 9.55	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД)
9.55 – 10.10	Игры. Самостоятельная деятельность
10.10 – 10.30	Второй завтрак, подготовка к прогулке
10.30 – 11.30	Дневная прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.30 – 16.10	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам. Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику.
16.10 – 16.40	Полдник
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №147  
М.С. Сушенцева  
Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



### Режим дня холодный период (старшая группа)

7.30 – 8.10	Прием детей
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 10.25	НОД
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.30 – 10.50	Подготовка к прогулке
10.50 – 12.10	Дневная прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры
12.10 – 12.30	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.20 – 16.15	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам. Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.15 – 16.40	Полдник
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ № 147  
М.С. Сушенцева  
Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



**Режим дня холодный период  
(подготовительная к школе группа)**

7.30 – 8.20	Прием детей
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности
9.00 – 10.55	НОД
10.45 – 10.50	Второй завтрак
11.00 – 12.00	Подготовка к прогулке. Дневная прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры
12.00 – 12.30	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.20 – 16.20	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам. Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.20 – 16.45	Полдник
16.45 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



**Режим дня теплый период  
(группа раннего возраста)**

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.08	Утренняя гимнастика на воздухе
8.08 – 8.20	Подготовка к завтраку
8.20 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.20	Игры. Подготовка к прогулке. Выход на прогулку
9.20 – 11.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе по подгруппам. Прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры. Самостоятельная деятельность.
9.40 – 9.50	Второй завтрак
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.25	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические процедуры
15.25 – 15.55	Игры. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД) по подгруппам
15.55 – 16.20	Подготовка к полднику. Полдник
16.20 – 16.40	Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



**Режим дня теплый период  
(младшая группа)**

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика на воздухе
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку
8.30 – 8.50	Завтрак
8.50 – 9.00	Игры. Самостоятельная деятельность
9.00 – 11.30	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры. Самостоятельная деятельность.
10.00 – 10.20	Второй завтрак
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.50	Подъем. Ленивая гимнастика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам.
15.50 – 16.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.00 – 16.30	Полдник
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



### Режим дня теплый период (средняя группа)

7.30 – 8.00	Прием детей
8.00 – 8.10	Утренняя гимнастика на воздухе
8.10 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.20	Игры. Самостоятельная деятельность
9.20 – 11.30	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры. Самостоятельная деятельность.
10.10 – 10.30	Второй завтрак
11.30 – 12.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.30 – 16.10	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.10 – 16.40	Полдник
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ № 147  
М.С. Сушенцева  
Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



### Режим дня теплый период (старшая группа)

7.30 – 8.10	Прием детей
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика на воздухе
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.30	Игры. Самостоятельная деятельность.
9.30 – 12.00	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры. Самостоятельная деятельность.
10.15 – 10.25	Второй завтрак
12.00 – 12.10	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду
12.10 – 12.30	Обед
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.20 – 16.15	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.15 – 16.40	Полдник
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №147

М.С. Сушенцева

Приказ № 104/25-ОД от 29.08.2025 г.



**Режим дня теплый период  
(подготовительная к школе группа)**

7.30 – 8.20	Прием детей
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика на воздухе
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.40	Игры. Самостоятельная деятельность.
9.40 – 12.00	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку. Развивающие образовательные ситуации на игровой основе. Прогулка: познавательно-исследовательская деятельность, трудовая деятельность, подвижные игры. Самостоятельная деятельность.
10.45 – 10.50	Второй завтрак
12.00 – 12.30	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика.
15.20 – 16.20	Познавательно-исследовательская деятельность, специфика. Игры, досуги. Общение и деятельность по интересам. Гигиенические процедуры. Подготовка к полднику
16.20 – 16.45	Полдник
16.45 – 18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой