



**Режим дня пребывания в ДОУ**  
**Разновозрастная группа 1-3 года**  
**(Холодный период)**

Режим работы группы 12 часов.

Дома	Время	Продолжительность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	10 минут
Организованная образовательная деятельность: Занятие 1 Занятие 2	09.00-09.10 09.20-09.30	10 минут 10 минут
Игры, индивидуальная работа	09.30-10.30	1 час
Второй завтрак	10.30-10.35	10 минут
Подготовка к прогулке	10.35-10.45	10 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.45-12.05	1 час 20 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.05-12.25	20 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.25-12.35	10 минут
Дневной сон	12.35-15.35	3 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.35-15.45	10 минут
Организованная образовательная деятельность, организованная детская деятельность (по подгр.) (физическая культура/музыка)	15.45-16.05	20 минут

Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.05-16.20	15 минут
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.20-16.30	10 минут
Подготовка к прогулке	16.30-16.45	15 минут
Прогулка	16.45-18.25	1 час 40 минут
Подготовка к ужину, Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.25-19.00	35 минут
Дома	19.00-20.00	
Прогулка	20.00-21.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	21.00-6.30 (7.30)	
Ночной сон		



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ г. Иркутска  
Детский сад № 157  
Ж.В. Занхоева

**Режим дня пребывания в ДОУ**  
Разновозрастная группа компенсирующей направленности с ТНР (5-7 лет)  
(Холодный период)

Дома	Время	Продолжи- тельность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Коррекционно-образовательная деятельность по подгруппам и фронтально	08.50-10.40	
Игры, индивидуальная работа	10.40-10.45	5 минут
Второй завтрак	10.45-10.55	10 минут
Подготовка к прогулке	10.50-10.55	5 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.55-12.30	1 час 35 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.30-12.45	15 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.40-12.50	10 минут
Дневной сон	12.50-15.25	2,5 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.25-15.35	10 минут
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.35-16.00	15 минут
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность. Коррекционно-образовательная деятельность. Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.00-16.50	50 минут
Подготовка к прогулке	16.50-16.55	5 минут

Прогулка	16.55-18.20	1 час 25 минут
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.20-18.30	20 минут
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30-18.40	10 минут
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40-19.00	20 минут
<b>Дома</b>		
Прогулка	19.00-20.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00	
Ночной сон	21.00-6.30 (7.30)	



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ г. Иркутска  
Детский сад № 157  
Ж.В. Занхоева

**Режим дня пребывания в ДОУ**  
Подготовительная группа № 6 (6-7 лет)  
(Холодный период)

Дома	Время	Продолжи- тельность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	10 минут
Организованная образовательная деятельность: Занятие 1 Занятие 2 Занятие 3	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50	30 минут 30 минут 30 минут
Второй завтрак	10.50-10.55	5 минут
Подготовка к прогулке	10.55-11.00	5 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.00-12.30	1 час 30 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.30-12.45	15 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.40-12.50	10 минут
Дневной сон	12.50-15.25	2,5 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.25-15.35	10 минут
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.35-16.00	15 минут
Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми	16.00-16.50	50 минут

Самостоятельная деятельность, Организованная образовательная деятельность, организованная детская деятельность (по подгр.) (физическая культура/музыка)		
Подготовка к прогулке	16.35-16.40	5 минут
Прогулка	16.40-18.10	1 час 30 минут
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	18.25-18.30	5 минут
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30-18.40	10 минут
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование	18.40-19.00	20 минут
Самостоятельная деятельность детей		
Индивидуальная работа с детьми		
Уход детей домой		
<b>Дома</b>		
Прогулка	19.00-20.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00	
Ночной сон	21.00-6.30 (7.30)	



**Режим дня пребывания в ДОУ**  
 Старшая группа (5-6 лет)  
 (Холодный период)

Дома	Время	Продолжи- тельность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	10 минут
Организованная образовательная деятельность: Занятие 1 Занятие 2	09.00-09.25 09.35-10.00	25 минут 25 минут
Игры, индивидуальная работа	10.00-10.45	45 минут
Второй завтрак	10.45-10.55	10 минут
Подготовка к прогулке	10.50-10.55	5 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.55-12.25	1 час 30 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.25-12.45	20 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.45-12.50	5 минут
Дневной сон	12.50-15.25	2,5 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры.	15.25-15.30	5 минут
Организованная образовательная деятельность, организованная детская деятельность (по подгр.) (физическая культура/музыка)	15.30-15.55	25 минут
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.55-16.10	15 минут

Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.10-16.35	25 минут
Подготовка к прогулке	16.35-16.40	5 минут
Прогулка	16.40-18.10	1 час 30 минут
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.10-18.30	20 минут
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30-18.40	10 минут
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40-19.00	20 минут
<b>Дома</b>	19.00-20.00	
Прогулка	20.00-21.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	21.00-6.30 (7.30)	
Ночной сон		



**Режим дня пребывания в ДОУ**  
 Средняя группа (4-5 лет)  
 (Холодный период)

Дома	Время	Продолжи- тельность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	10 минут
Организованная образовательная деятельность: Занятие 1 Занятие 2	09.00-09.20 09.30-9.50	20 минут 20 минут
Игры, индивидуальная работа	09.50-10.50	1 час
Второй завтрак	10.50-10.55	5 минут
Подготовка к прогулке	10.55-11.00	5 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.00-12.25	1 час 25 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.25-12.45	20 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.45-12.50	5 минут
Дневной сон	12.50-15.20	2,5 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.20-15.40	20 минут
Организованная образовательная деятельность, организованная детская деятельность (по подгр.) (физическая культура/музыка)	15.40-16.00	20 минут
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.00-16.15	15 минут

Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	16.15-16.25	10 минут
Подготовка к прогулке	16.25-16.35	15 минут
Прогулка	16.35-18.10	1 час 35 минут
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.10-18.30	20 минут
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30-18.40	10 минут
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40-19.00	
<b>Дома</b>		
Прогулка	19.00-20.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00	
Ночной сон	21.00-6.30 (7.30)	



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ г. Иркутска  
Детский сад № 157  
Ж.В. Занхоева

**Режим дня пребывания в ДОУ**  
Вторая младшая группа 3-4 года  
(Холодный период)

Дома	Время	Продолжительность
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием детей, осмотр, термометрия Игры, беседы, наблюдения, индивидуальная работа с детьми Самостоятельная деятельность	07.00-08.00	1 час
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	10 минут
Утренний туалет, умывание, подготовка к завтраку,	08.10-08.30	20 минут
Завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	08.30-08.50	20 минут
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00	10 минут
Организованная образовательная деятельность: Занятие 1 Занятие 2	09.00-09.15 09.25-09.40	15 минут 15 минут
Игры, индивидуальная работа	09.40-10.30	50 минут
Второй завтрак	10.30-10.35	10 минут
Подготовка к прогулке	10.35-10.45	10 минут
Прогулка, при благоприятных условиях. В морозную, дождливую и ветреную погоду продолжительность прогулки сокращается. (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.45-12.05	1 час 20 минут
Подготовка к обеду. Обед	12.05-12.25	20 минут
Туалет, подготовка ко сну, чтение художественной литературы перед сном.	12.25-12.35	10 минут
Дневной сон	12.35-15.35	3 часа
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие и водные процедуры, туалет, спокойные игры	15.35-15.45	10 минут
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.45-16.00	15 минут
Организованная образовательная деятельность, организованная детская деятельность (по подгр.) (физическая культура/музыка)	16.10-16.25	15 минут

Подготовка к прогулке	16.25-16.35	15 минут
Прогулка	16.35-18.15	1 час 40 минут
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	18.15-18.30	20 минут
Ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.30-18.40	10 минут
Игры, игровые упражнения, наблюдения, экспериментирование Самостоятельная деятельность детей Индивидуальная работа с детьми Уход детей домой	18.40-19.00	
<b>Дома</b>		
Прогулка	19.00-20.00	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-21.00	
Ночной сон	21.00-6.30 (7.30)	