

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №119

620016, г. Екатеринбург, ул. Павла Шаманова, 19 тел.: (343)227-94-00  
620105, г. Екатеринбург проспект Академика Сахарова, 43 тел.: (343)227-94-03  
e-mail: mdou119@eduekb.ru <https://119.tvoysadik.ru/>

ПРИНЯТ:

Решением Педагогического совета  
МАДОУ детского сада № 119  
«27» августа 2024 г. Протокол № 1

УТВЕРЖДЕН:

Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Г.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня  
(холодный период года)  
МАДОУ детского сада № 119  
на 2024-2025 учебный год  
1 корпус**

Екатеринбург, 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей четвертого года жизни.  
младшая группа № 1**

*(групповая ячейка № 1)*

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10– 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 9.50	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
9.55 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.40	Прогулка
11.40 – 11.50	Возвращение с прогулки
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.15	Вечерний круг
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке
16.30 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 15 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 30 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЁН:  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей четвертого года жизни.  
младшая группа № 2**

*(групповая ячейка № 2)*

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10– 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 9.50	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
9.55 – 10.10	Подготовка к прогулке
10.10 – 11.40	Прогулка
11.40 – 11.50	Возвращение с прогулки
11.50 – 12.20	Подготовка к обеду, обед
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну, чтение перед сном Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20-15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.15	Вечерний круг
16.15 – 16.30	Подготовка к прогулке
16.30 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 15 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 30 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.



УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей пятого года жизни.  
средняя группа № 1**

*(групповая ячейка № 3)*

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.10	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
10.10 – 10.20	Подготовка к прогулке
10.20 – 11.50	Прогулка
11.50 – 12.00	Возвращение с прогулки
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.20	Вечерний круг
16.20 – 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 20 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 40 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей пятого года жизни.  
средняя группа № 2**

*(групповая ячейка № 5)*

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.00	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.00 – 8.10	Утренняя зарядка
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.10	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
9.50 – 9.55	Второй завтрак
10.10 – 10.20	Подготовка к прогулке
10.20 – 11.50	Прогулка
11.50 – 12.00	Возвращение с прогулки
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 – 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.20	Вечерний круг
16.20 – 16.35	Подготовка к прогулке
16.35 – 18.00	Вечерняя прогулка Уход домой

**Показатели организации режима дня**

- Продолжительность занятия не более 20 минут.
- Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 40 минут.
- Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.
- Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.
- Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.



УТВЕРЖДЕН  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от 27 августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей шестого года жизни.  
старшая группа № 1**

*(групповая ячейка № 4)*

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.15	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 10.30	Подготовка к прогулке
10.30 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки
12.10 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Занятия (по расписанию), совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.25	Вечерний круг
16.25 – 18.00	Подготовка к прогулке

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 25 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

УТВЕРЖДЕН  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей шестого года жизни.  
старшая группа № 2**

*(групповая ячейка № 8)*

Время	Режимные моменты
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.15	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.20 – 10.30	Подготовка к прогулке
10.30 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки
12.10 – 12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику, полдник
15.40 – 16.05	Занятия (по расписанию), совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.05 – 16.25	Вечерний круг
16.25 – 18.00	Подготовка к прогулке

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 25 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.



УТВЕРЖДЕН:

Заведующим МАДОУ детского сада № 119

Т.В. Орехова

Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей седьмого года жизни  
подготовительная группа № 1**

**(групповая ячейка № 6)**

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.40 – 10.50	Подготовка к прогулке
10.50 – 12.10	Прогулка
12.10 – 12.20	Возвращение с прогулки
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну Дневной сон
15.10 – 15.30	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.30– 15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45– 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.30	Вечерний круг
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 30 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 90 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.



УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МАДОУ детского сада № 119  
Т.В. Орехова  
Приказ № 94-О от «27» августа 2024 г



**Режим дня на холодный период года для детей седьмого года жизни  
подготовительная группа № 2**

*(групповая ячейка № 7)*

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.30 – 8.15	Утренний прием детей, игры, минутка вежливости Подготовка к зарядке
8.15 – 8.25	Утренняя зарядка
8.25 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40 – 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.40	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерыв между занятиями, не менее 10 минут)
10.15 – 10.20	Второй завтрак
10.40 – 10.50	Подготовка к прогулке
10.50 – 12.10	Прогулка
12.10 – 12.20	Возвращение с прогулки
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 15.10	Подготовка ко сну Дневной сон
15.10 – 15.30	Постепенный подъем, ленивая гимнастика, закаливание, гигиенические процедуры
15.30 – 15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45 – 16.10	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, приобщение к художественной литературе
16.10 – 16.30	Вечерний круг
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке

**Показатели организации режима дня**

Продолжительность занятия не более 30 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более 90 минут.

Продолжительность дневного сна не менее 2,5 часа.

Продолжительность ежедневных прогулок не менее 3 часа в день.

Суммарный объем двигательной активности не менее 1 часа в день.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846806

Владелец Орехова Татьяна Владимировна

Действителен с 08.09.2023 по 07.09.2024