



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Начальная общеобразовательная школа №238»

И.А.Кулешова

Приказ № 72 от «28» августа 2024 г.

Рассмотрено на педагогическом совете

Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

### *Режим дня средняя группа (от четырех до пяти лет)*

Холодный период 2024 – 2025 года (сентябрь-май)

№	Режимные моменты	Время
Дома		
1	Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В МОУ		
2	Прием детей (на свежем воздухе с учетом погодных условий), самостоятельная игровая деятельность, индивидуальное общение, беседы, наблюдения	7.00-8.10
3	Ежедневная утренняя гимнастика	8.10-8.20
4	Совместная организованная деятельность: подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков	8.20-8.25
5	Завтрак	8.25-8.50
6	Совместная деятельность воспитателя с детьми: подготовка к НОД, воспитание элементарных правил поведения	8.50-9.00
7	Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.20/9.30-9.50
8	Самостоятельная деятельность	9.50-10.00
9	Совместная организованная деятельность: (подготовка ко 2 завтраку) воспитание культурно-гигиенических навыков	10.00-10.05
10	2 завтрак	10.05-10.15
11	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания, правил поведения	10.15-10.30
12	Прогулка (игры, наблюдения, индивидуальное общение и беседы с детьми, организация двигательной активности)	10.30-11.45
13	Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность, воспитание элементарных навыков самообслуживания	11.45-12.00
14	Совместная организованная деятельность: (подготовка к обеду): воспитание культурно-	12.00-12.15

	гигиенических навыков	
15	Обед	12.15-12.50
16	Подготовка ко сну: воспитание элементарных навыков самообслуживания	12.50-13.00
17	Дневной сон	13.00-15.00
18	Совместная организованная деятельность: постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры, закаливающие мероприятия, воспитание элементарных навыков самообслуживания	15.00-15.15
19	Совместная организованная деятельность (подготовка к уплотненному полднику): воспитание культурно-гигиенических навыков	15.15-15.25
20	Уплотненный полдник	15.25-15.45
21	Совместная деятельность воспитателя с детьми: индивидуальное общение, игры, досуги, работа педагога-психолога/учителя логопеда (индивидуальная, подгрупповая)	15.45-16.15
22	Самостоятельная деятельность	16.15-16.50
23	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания	16.50-17.00
24	Прогулка	16.50-18.00
25	Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	18.00-18.45
26	Уход домой	18.45-19.00
Дома		
27	Прогулка	19.00-20.10
28	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10-20.40
29	Подготовка ко сну, ночной сон	20.40-6.30 (7.30)



***Режим дня старшая группа (от пяти до шести лет)***

Холодный период 2024 – 2025 года (сентябрь-май)

№	Режимные моменты	Время
Дома		
1	Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В МОУ		
2	Прием детей на свежем воздухе (с учетом погодных условий), прогулка, самостоятельная деятельность, общение, наблюдения	7.00-8.00
3	Ежедневная утренняя гимнастика	8.00-8.10
4	Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
5	Совместная организованная деятельность: подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков	8.20-8.30
6	Завтрак	8.30-8.50
7	Совместная деятельность воспитателя с детьми: подготовка к НОД, воспитание элементарных правил поведения	8.50-9.00
8	Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.25/9.35-9.55
9	Самостоятельная деятельность	9.55-10.05
10	Совместная организованная деятельность: (подготовка ко 2 завтраку) воспитание культурно-гигиенических навыков	10.05-10.10
11	2 завтрак	10.10-10.20
12	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания, правил поведения	10.20-10.35
13	Прогулка (игры, наблюдения, труд, организация двигательной активности, экспериментирование, общение по интересам)	10.35-12.10
14	Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность, воспитание элементарных навыков самообслуживания,	12.10-12.25
15	Совместная организованная деятельность: (подготовка к обеду): воспитание культурно-	12.25-12.35

	гигиенических навыков	
16	Обед	12.35-13.00
17	Подготовка ко сну: воспитание элементарных навыков самообслуживания	13.00-13.10
18	Дневной сон	13.10-15.00
19	Совместная организованная деятельность: постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры, закаливающие мероприятия, воспитание элементарных навыков самообслуживания, подготовка к НОД	15.00-15.15
20	НОД (художественно-эстетической или оздоровительной направленности)	15.15-15.35
21	Самостоятельная игровая деятельность	15.35-15.50
22	Совместная организованная деятельность (подготовка к уплотненному полднику): воспитание культурно-гигиенических навыков	15.50-16.00
23	Уплотненный полдник	16.00-16.20
24	Совместная деятельность воспитателя с детьми: индивидуальное общение, игры, досуги/ работа педагога-психолога/учителя логопеда (индивидуальная, подгрупповая)	16.20-17.00
25	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания	17.00-17.15
26	Прогулка	17.15-18.10
27	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.10-18.55
28	Уход домой	18.55-19.00
Дома		
29	Прогулка	19.00-20.10
30	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10-20.40
31	Подготовка ко сну, ночной сон	20.40-6.30 (7.30)





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Начальная общеобразовательная школа №238»

И.А.Кулешова  
Приказ № 72 от «28» августа 2024 г.  
Рассмотрено на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

### ***Режим дня. Подготовительная группа (от шести до семи лет)***

Холодный период 2024 – 2025 года (сентябрь-май)

№	Режимные моменты	Время
Дома		
1	Подъём, утренний туалет	6.30-7.30
В МОУ		
2	Прием детей на свежем воздухе (с учетом погодных условий), прогулка, самостоятельная деятельность, общение, наблюдения	7.00-8.20
3	Ежедневная утренняя гимнастика	8.20-8.30
4	Совместная организованная деятельность: подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков	8.30-8.35
5	Завтрак	8.35-8.55
6	Совместная деятельность воспитателя с детьми: подготовка к НОД, воспитание элементарных правил поведения	8.50-9.00
7	Непрерывная образовательная деятельность	9.00-9.30/9.40-10.10
8	Совместная организованная деятельность: (подготовка ко 2 завтраку) воспитание культурно-гигиенических навыков	10.10-10.15
9	2 завтрак	10.15-10.20
10	НОД (художественно-эстетической и оздоровительной направленности)	10.20-10.50
11	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания, правил поведения	10.50-11.00
12	Прогулка (игры, наблюдения, организация двигательной активности, экспериментирование, общение по интересам)	11.00-12.15
13	Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность, воспитание элементарных	12.15-12.25

	навыков самообслуживания	
14	Совместная организованная деятельность: (подготовка к обеду): воспитание культурно-гигиенических навыков	12.25-12.35
15	Обед	12.35-12.50
16	Подготовка ко сну: воспитание элементарных навыков самообслуживания	12.50-13.00
17	Дневной сон	13.00-15.00
18	Совместная организованная деятельность: постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры, закаливающие мероприятия, воспитание элементарных навыков самообслуживания, подготовка к НОД	15.00-15.15
19	НОД (художественно-эстетической и оздоровительной направленности)	15.15-15.45
20	Самостоятельная деятельность	15. 45-16.00
21	Совместная организованная деятельность (подготовка к уплотненному полднику): воспитание культурно-гигиенических навыков	16.00-16.10
22	Уплотненный полдник	16.30-16.50
23	Совместная деятельность воспитателя с детьми: индивидуальное общение, игры, досуги, работа педагога-психолога/учителя логопеда (индивидуальная, подгрупповая)	16.50-17.10
24	Подготовка к прогулке: воспитание элементарных навыков самообслуживания	17.10-17.20
25	Прогулка	17.20-18.45
26	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.45-18.55
27	Уход домой	18.55-19.00
Дома		
28	Прогулка	19.00-20.10
29	Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.10-20.40
30	Подготовка ко сну, ночной сон	20.40-6.30 (7.30)

