

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.24

**РЕЖИМ ДНЯ  
«ДЛЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ «ЗВЁЗДОЧКИ»  
(5-6 лет)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, игры, общение, беседы с родителями.	07.30-08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10-08.20
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)Завтрак	08.20-08.50
4.	Самостоятельная игровая (двигательная деятельность), подготовка к НОД	08.50-09.00
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	09.00-10.20
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	10.20-10.30
7.	Подготовка к прогулке	10.30-12.20
7.	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-12.50
10.	Подготовка ко сну (релаксирующая гимнастика перед сном). Дневной сон	12.50-15.20
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.20-15.25
12.	НОД (не более 25 мин)	15.25-15.45
13.	Игровая самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа, досуги	15.45 - 16.00
14.	Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
15.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, двигательная деятельность), работа с родителями, уход детей домой	16.20 - 18.00

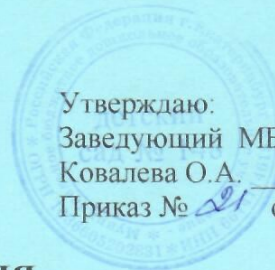


Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 13.01.24

**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «КАПЕЛЬКИ»  
(4-5 лет)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, игры, общение, беседы с родителями.	07.30-08.05
2.	Утренняя гимнастика	08.05-08.10
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры) Завтрак	08.10-08.40
4.	Самостоятельная игровая (двигательная) деятельность, подготовка к НОД.	08.40-08.50
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.50-10.00
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	10.00 -10.10
7.	Подготовка к прогулке	10.10-12.00
7.	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.20
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.20-12.40
10.	Подготовка ко сну (релаксирующая гимнастика), дневной сон.	12.40-15.10
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.10-15.20
12.	Игровая самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуги	15.20-15.50
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.20
14.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, двигательная деятельность), работа с родителями, уход детей домой	16.20-18.00





Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ - Д/С № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 18.01.24

**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ «БУСИНКИ»  
(3-4 ГОДА)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, самостоятельные игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.55
2.	Утренняя гимнастика	07.55-08.05
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры), завтрак	08.05-08.40
4.	Самостоятельная игровая двигательная деятельность, подготовка к НОД	08.40-08.50
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.50-09.50
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	09.50-10.00
7.	Подготовка к прогулке	10.00-11.50
7.	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11.50-12.10
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.10-12.40
10.	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40-15.10
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.10-15.20
12.	Игровая самостоятельная деятельность, индивидуальная работа общение по интересам, досуги	15.20-15.45
13.	Подготовка к полднику, полднику	15.45-16.15
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, двигательная деятельность). Уход детей домой	16.15-18.00



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Д/С № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.24

**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ «СОЛНЕЧНЫЕ ЛУЧИКИ»  
(3-4 ГОДА)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, самостоятельные игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.45
2.	Утренняя гимнастика	07.45-07.55
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры), завтрак	07.55-08.40
4.	Самостоятельная игровая двигательная деятельность, подготовка к НОД	08.40-08.50
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.50-09.50
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	09.50-10.00
7.	Подготовка к прогулке	10.00-11.50
	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11.50-12.10
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.10-12.40
10.	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40-15.10
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.10-15.20
12.	Игровая самостоятельная деятельность, индивидуальная работа общение по интересам, досуги	15.20-15.45
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.15
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, двигательная деятельность) Уход детей домой	16.15-18.00



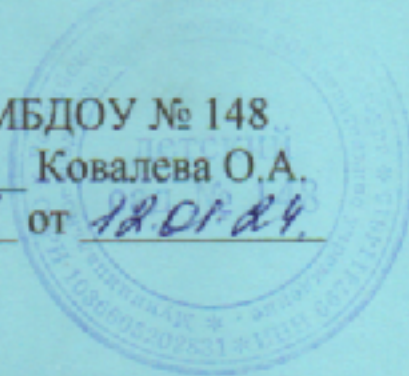
Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.24

**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ «ТЕРЕМОК»  
(6-7 лет)**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Время</b>
1.	Утренний прием детей, игры, общение, индивидуальная работа с детьми, беседы с родителями.	07.30-08.10
2.	Утренняя гимнастика.	08.10-08.20
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры) Завтрак	08.20-08.35
4.	Самостоятельная игровая (двигательная) деятельность, подготовка к НОД	08.35 – 08.40
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.40 – 10.30
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	10.30-10.40
7.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам).	10.40 – 12.25
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.25 – 12.35
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.35 – 12.50
10.	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.20 – 15.25
12.	НОД (не более 30 мин)	15.25 – 15.55
13.	Игровая самостоятельная деятельность, досуги, общение по интересам	15.55 - 16.10
14.	Подготовка к полднику, полдник	16.10 – 16.30
15.	Подготовка к прогулке Прогулка (игры, двигательная деятельность) работа с родителями, уход детей домой	16.30 - 18.00



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.24.

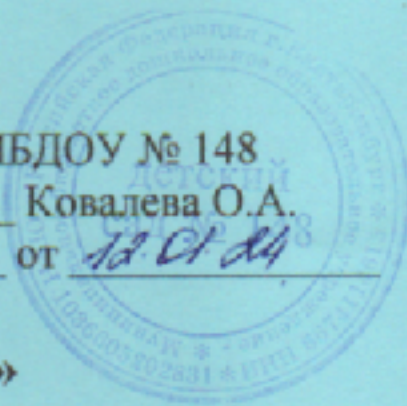


**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ «ПОЧЕМУЧКИ»  
(3-4 ГОДА)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, самостоятельные игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.45
2.	Утренняя гимнастика	07.45-07.55
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры), завтрак	07.55-08.40
4.	Самостоятельная игровая (двигательная) деятельность, подготовка к НОД	08.40-08.50
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.50-09.50
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	09.50-10.00
7.	Подготовка к прогулке	10.00-11.50
	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11.50-12.10
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.10-12.40
10.	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40-15.10
11.	Постепенный подъём, ленивая гимнастика	15.10-15.20
12.	Игровая самостоятельная деятельность, индивидуальная работа общение по интересам, досуги	15.20-15.45
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.15
14.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, двигательная деятельность) Уход детей домой	16.15-18.00



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.24

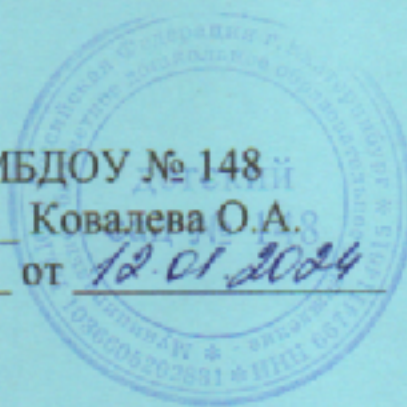


**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»  
(5-6 лет)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.55
2.	Утренняя гимнастика	07.55-08.05
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)Завтрак	08.05-08.50
4.	Самостоятельная игровая (двигательная) деятельность, подготовка к НОД	08.50-09.00
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	09.00-10.20
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	10.20-10.30
7.	Подготовка к прогулке	10.30-12.20
7.	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-12.50
10.	Подготовка ко сну (релаксирующая гимнастика перед сном). Дневной сон	12.50-15.20
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.20-15.25
12.	НОД (не более 25 мин)	15.25-15.45
13.	Игровая самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа, досуги	15.45 - 16.00
14.	Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, двигательная деятельность) работа с родителями, уход детей домой	16.20 - 18.00



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 12.01.2024

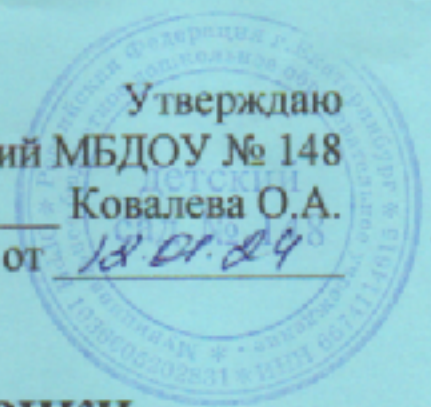


**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ «СМЕШАРИКИ»  
(5-6 лет)**

№ п/п	Вид деятельности	Время
1.	Утренний прием детей, игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.55
2.	Утренняя гимнастика	07.55-08.10
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)Завтрак	08.10-08.50
4.	Самостоятельная игровая (двигательная) деятельность, подготовка к НОД	08.50-09.00
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	09.00-10.20
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	10.20-10.30
7.	Подготовка к прогулке	10.30-12.20
7.	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.20-12.30
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.30-12.50
10.	Подготовка ко сну (релаксирующая гимнастика перед сном). Дневной сон	12.50-15.20
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.20-15.25
12.	НОД (не более 25 мин)	15.25-15.45
13.	Игровая самостоятельная деятельность, общение по интересам, индивидуальная работа, досуги	15.45 - 16.00
14.	Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
15.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, двигательная деятельность) работа с родителями, уход детей домой	16.20 - 18.00



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 148  
Ковалева О.А.  
Приказ № 21 от 18.01.24

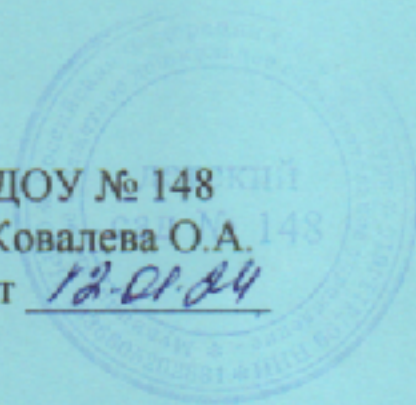


**РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ «БАРБАРИКИ»  
(6-7 лет)**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Время</b>
1.	Утренний прием детей, игры, общение, индивидуальная работа с детьми, беседы с родителями.	07.30-08.10
2.	Утренняя гимнастика.	08.10-08.20
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры) Завтрак	08.20-08.35
4.	Самостоятельная игровая, двигательная деятельность, подготовка к НОД	08.35 – 08.40
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.40 – 10.30
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак.	10.30-10.40
7.	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам).	10.40 – 12.25
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.25 – 12.35
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.35 – 12.50
10.	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50 – 15.20
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.20 – 15.25
12.	НОД (не более 30 мин)	15.25 – 15.55
13.	Игровая самостоятельная деятельность, досуги, общение по интересам	15.55 - 16.10
14.	Подготовка к полднику, полдник	16.10 – 16.30
15.	Подготовка к прогулке Прогулка (игры, двигательная деятельность), работа с родителями, уход детей домой	16.30 - 18.00



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 148  
 Ковалева О.А.  
 Приказ № 21 от 12.01.24



**РЕЖИМ ДНЯ  
 ДЛЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «УЛЫБКА»  
 (4-5 лет)**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Время</b>
1.	Утренний прием детей, игры, общение, беседы с родителями.	07.30-07.45
2.	Утренняя гимнастика	07.45-07.55
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры) Завтрак	07.55-08.40
4.	Самостоятельная игровая двигательная деятельность, подготовка к НОД.	08.40-08.50
5.	Непрерывная образовательная деятельность, включая перерывы	08.50-09.50
6.	Подготовка к второму завтраку. Второй завтрак	09.50 -10.00
7.	Подготовка к прогулке	10.00-12.00
	Прогулка (наблюдения, игры, двигательная деятельность, труд, экспериментирование, общение по интересам)	
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	12.00-12.20
9.	Подготовка к обеду, обед.	12.20-12.40
10.	Подготовка ко сну (релаксирующая гимнастика), дневной сон.	12.40-15.10
11.	Постепенный подъем, ленивая гимнастика	15.10-15.20
12.	Игровая самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуги	15.20-15.50
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.20
14.	Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, двигательная деятельность) работа с родителями, уход детей домой	16.20-18.00