

УТВЕРЖДЕН  
Приказом от 21.08.2024 г. № 84 – ОД

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности детей в  
ДОУ в 2024 – 2025 учебном году на холодный период  
(группы общеразвивающей направленности)**

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности  
в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет  
(холодный период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	07.00. – 08.00.
Завтрак.	08.00. – 08.30.
Утренний круг.	08.30. – 08.40.
Совместная деятельность. Подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	08.40. – 09.50.
Второй завтрак.	09.50. – 10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10. – 12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00. – 12.30.
Подготовка к дневному сну, дневной сон, постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	12.30. – 15.30.
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.30. – 16.10.
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный).	16.10. – 16.40.
Вечерний круг.	16.40. – 16.50.
Игры, самостоятельная деятельность детей. Дополнительные услуги.	16.50. – 17.20.
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход детей домой.	17.20. – 19.00.

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности  
в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 года  
(холодный период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	07.00. – 08.10.
Завтрак.	08.10. – 08.30.
Утренний круг.	08.30. – 08.40.
Совместная деятельность. Подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	08.40. – 10.00.
Второй завтрак.	10.00. – 10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10. – 12.10
Подготовка к обеду, обед.	12.10. – 12.40.
Подготовка к дневному сну, дневной сон, постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	12.40. – 15.30.
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.30. – 16.20.
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный).	16.20. – 16.40.
Вечерний круг.	16.40. – 16.50.
Игры, самостоятельная деятельность детей. Дополнительные услуги.	16.50. – 17.30.
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход детей домой.	17.30. – 19.00.

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности  
в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет  
(холодный период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	07.00. – 08.10.
Завтрак.	08.10. – 08.30.
Утренний круг.	08.30. – 08.40.
Совместная деятельность Подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	08.40. – 10.00.
Второй завтрак.	10.00. – 10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.10. - 12.15.
Подготовка к обеду, обед.	12.15. – 12.40.
Подготовка к дневному сну, дневной сон, постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	12.40. – 15.30.
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.30. – 16.25.
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный)	16.25. – 16.50.
Вечерний круг.	16.50. – 17.00.
Игры, самостоятельная деятельность детей. Дополнительные услуги.	17.00. – 17.30.
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход детей домой.	17.30. – 19.00.

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности  
в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет  
(холодный период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	07.00. – 08.20.
Завтрак.	08.20. – 08.40.
Утренний круг.	08.40. – 08.50.
Совместная деятельность. Подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	08.50. – 10.25.
Второй завтрак.	10.25. – 10.35.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.35. – 12.20.
Подготовка к обеду, обед.	12.20. – 12.50.
Подготовка к дневному сну, дневной сон, постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	12.50. – 15.30.
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.30. – 16.30.
Занятия (при необходимости)	15.30. – 16.30.
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный).	16.30. – 16.50.
Вечерний круг.	16.50. – 17.00.
Игры, самостоятельная деятельность детей. Дополнительные услуги.	17.00. – 17.40.
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход детей домой.	17.40. – 19.00.

**Режим организации  
совместной и самостоятельной деятельности  
в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет  
(холодный период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время проведения</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).	07.00. – 08.20.
Завтрак.	08.20. – 08.40.
Утренний круг.	08.40. – 08.50.
Совместная деятельность Подготовка к занятиям, занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	08.50. – 10.40.
Второй завтрак.	10.40. – 10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	10.50. – 12.30.
Подготовка к обеду, обед.	12.30. – 13.00.
Подготовка к дневному сну, дневной сон, постепенный подъем, воздушно-водные процедуры.	13.00. – 15.30.
Совместная и самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.30. – 16.40.
Подготовка к полднику, полдник (уплотненный).	16.40. – 17.00.
Вечерний круг.	17.00. – 17.10.
Игры, самостоятельная деятельность детей. Дополнительные услуги.	17.10. – 17.40.
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход детей домой.	17.40. – 19.00.

### Организация режима двигательной деятельности детей (младший возраст)

Виды занятий	Особенности организации	
	Четвертый год жизни	Пятый год жизни
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зав. индивидуальных данных и потребностей детей	
Занятия по физической культуре;	3 раза в неделю (15 мин) в помещении, на участке;	3 раза в неделю (20 мин) в помещении, на участке;
Утренняя гимнастика	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (10 мин)
Двигательная разминка, воздушные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей (5—6 мин)	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей (7—10 мин)
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	Ежедневно, не менее 2 раз в день (10—15 мин)	Ежедневно, 2 раза в день (10—15 мин)
Физкультурный досуг	1 раз в месяц (15—20 мин)	1 раз в месяц (20—30 мин)
Физкультурные праздники	1 раз в год (30—40 мин)	2 раза в год (40—60 мин)
День здоровья	Последняя пятница месяца	Последняя пятница месяца
Участие родителей в занятиях, массовых физкультурных мероприятиях детского сада	В течение года	В течение года

### Организация режима двигательной деятельности детей (старший возраст)

Виды занятий	Особенности организации	
	Шестой год жизни	Седьмой год жизни
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей	
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю (25 мин), в помещении, на участке.	3 раза в неделю (30 мин) в помещении, на участке.
Утренняя гимнастика	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (10 мин)
Двигательная разминка, воздушные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей (8—10 мин)	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей (10—12 мин)
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	Ежедневно, не менее 2 раз в день (15—20 мин)	Ежедневно, не менее 2 раз в день (15—20 мин)
Физкультминутка	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2—3 мин)	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (3—5 мин)
Физкультурный досуг	1 раз в месяц (25—30 мин)	1 раз в месяц (30—35 мин)
Физкультурные праздники	2 раза в год (60—90 мин)	3 раза в год (60—90 мин)
День здоровья	Последняя пятница месяца	Последняя пятница месяца
Неделя здоровья	В дни каникул	В дни каникул
Участие родителей в занятиях, физкультурных массовых мероприятиях детского сада	В течение года	В течение года