

Принято на педагогическом совете  
протокол № 1 от «30» 08 2022г

Согласовано  
на общем  
родительском собрании  
протокол № 1 от «31» 08 2022г

Утверждаю  
В.П. Андреева  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад  
общеразвивающего вида № 139»  
приказ № 4 от 30.08.2022 г.



### Режим пребывания детей на 2022-2023 учебный год

#### Группа детей раннего возраста с 2 до 3 лет

Холодный период года			Теплый период года		
Прием. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.25	1 ч. 25 мин.	Прием на участке. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.25	1 ч. 25 мин.
Утренняя гимнастика.	8.25 - 8.35	10 мин.	Утренняя гимнастика.	8.25 - 8.35	10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.35 – 8.40	5 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.35 – 8.40	5 мин.
Завтрак.	8.40 – 8.55	15 мин.	Завтрак.	8.40 – 8.55	15 мин.
Гигиенические процедуры. Подготовка к занятиям.	8.55 – 9.00	5 мин.	Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность. Двигательная активность. Подготовка и выход на прогулку	8.55 – 9.10	15 мин.
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 – 9.10 (1 подгруппа) 9.20 – 9.30 (2 подгруппа) 9.40 – 9.50	10 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	9.10 – 11.20	2 ч. 10 мин.

Перерыв между НОД	9.10-9.20 9.30-9.40	10 мин.	Совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельна игровая деятельность детей на прогулке. Закаливающие мероприятия.		
Подготовка к прогулке	9.50-10.10	10 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	10.10 - 11.20	1 ч. 10 мин.			
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.20 – 11.40	20 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.20 – 11.40	20 мин.
Обед	11.40 – 12.00	20 мин.	Обед	11.40 – 12.00	20 мин.
Подготовка ко сну	12.00-12.10	10 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	12.00-12.10	10 мин.
Сон	12.10-15.10	3 ч.	Сон	12.10-15.10	3 ч.
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.10 – 15.25	15 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.10 – 15.25	15 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40	15 мин.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.40 – 16.25	45 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность подготовка к ужину	15.40 – 16.30	50 мин.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.25 - 18.15	1 ч. 50 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.30 - 18.10	1 ч. 40 мин.
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.30	15 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.10-18.30	20 мин.
Ужин	18.30 -18.45	15 мин.	Ужин	18.30 -18.45	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.45- 19.00	30 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.45- 19.00	30 мин.

### Вторая младшая группа от 3 до 4 лет

Холодный период года			Теплый период года		
Прием. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.	Прием на участке. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения.	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.
Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.	Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.25 - 8.35	10 мин.	Гигиенические процедуры.	8.25 - 8.35	10 мин.
Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.	Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.
Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	8.50 - 9.00	10 мин.	Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность. Двигательная активность. Подготовка и выход на прогулку	8.50 - 9.00	10 мин.
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 - 9.15	15 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность) Совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная игровая деятельность детей на прогулке. Закаливающие мероприятия.	9.00 - 11.20	2 ч. 20 мин.
Перерыв между НОД	9.15 - 9.25	10 мин.			
Непрерывная образовательная деятельность	9.25 - 9.40	15 мин.			
Подготовка к прогулке	9.40 - 09.55	15 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	09.55 - 11.25	1 ч. 30 мин.			
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.25 - 11.45	20 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.20 - 11.40	20 мин.
Обед	11.45 - 12.05	20 мин.	Обед	11.40 - 12.00	20 мин.

Подготовка ко сну	12.05–12.15	10 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	12.00-12.10	10 мин.
Сон	12.15–15.15	3 ч.	Сон	12.10-15.10	3 ч.
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.15–15.25	10 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.15–15.25	10 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40	15 мин.	Подготовка к полднику. Полдник	15.25 – 15.40	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.40 – 16.30	50 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.40 – 16.30	50 мин.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.30 - 18.10	1 ч. 40 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.30 - 18.10	1 ч. 40 мин.
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.10-18.30	20 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.10-18.30	20 мин.
Ужин	18.30 -18.45	15 мин.	Ужин	18.30 -18.45	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.45- 19.00	30 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	18.45- 19.00	30 мин.

### Средняя группа от 4 до 5 лет

Холодный период года			Теплый период года		
Прием. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.	Прием на участке. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения.	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.
Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.	Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.25 - 8.35	10 мин.	Гигиенические процедуры.	8.25 - 8.35	10 мин.
Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.	Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.
Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	8.50 - 9.00	10 мин.	Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность. Двигательная активность. Подготовка и выход на прогулку	8.50 - 9.00	10 мин.
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 – 9.20	20 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность) Совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная игровая деятельность детей на прогулке. Закаливающие мероприятия.	9.00 – 11.50	2 ч. 50 мин.
Перерыв между НОД	9.20 - 9.35	15 мин.			
Непрерывная образовательная деятельность	9.35 - 09.55	20 мин.			
Подготовка к прогулке	09.55 - 10.10	15 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	10.10 – 11.50	1 ч. 40 мин.			
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.50–12.10	20 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.50–12.10	20 мин.
Обед	12.10 –12.30	20 мин.	Обед	12.10 –12.30	20 мин.

Подготовка ко сну	12.30–12.40	10 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	12.30–12.40	10 мин.
Сон	12.40-15.10	2 ч. 30 мин.	Сон	12.40-15.10	2 ч. 30 мин.
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.10–15.20	10 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.10–15.20	10 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.35	15 мин.	Подготовка к полднику. Полдник	15.20 – 15.35	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.35 – 16.45	1 час.	Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.35 – 16.45	1 час.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.45 - 18.15	1 ч. 30 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.45 - 18.15	1 ч. 30 мин.
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.35	20 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.35	20 мин.
Ужин	18.35 -18.50	15 мин.	Ужин	18.35 -18.50	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.50- 19.00	15 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой.	18.50- 19.00	15 мин.

### Старшая группа от 5 до 6 лет

Холодный период года			Теплый период года		
Прием. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.	Прием на участке. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения.	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.
Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.	Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.25 - 8.35	10 мин.	Гигиенические процедуры.	8.25 - 8.35	10 мин.
Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.	Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.
Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	8.50 - 9.00	10 мин.	Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность. Двигательная активность. Подготовка и выход на прогулку	8.50 - 9.00	10 мин.
Непрерывная образовательная деятельность в первую половину дня 1	9.00 – 9.25	25 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность) Совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная игровая деятельность детей на прогулке. Закаливающие мероприятия.	9.00 – 11.55	2 ч. 55 мин.
Перерыв между НОД	9.25 - 9.45	20 мин.			
Непрерывная образовательная деятельность в первую половину дня 2	9.45 - 10.10	25 мин.			
Подготовка к прогулке	10.10 - 10.25	15 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	10.25 – 11.55	1 ч. 30 мин.			
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.55–12.10	15 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	11.55–12.10	15 мин.
Обед	12.10 –12.25	15 мин.	Обед	12.10 –12.25	15 мин.

Подготовка ко сну	12.25–12.30	5 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	12.25–12.30	5 мин.
Сон	12.30-15.00	2 ч. 30 мин.	Сон	12.30-15.00	2 ч. 30 мин.
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.00–15.10	10 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.00–15.10	10 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	15.10 – 15.20	10 мин.	Подготовка к полднику. Полдник	15.10 – 15.20	10 мин.
Подготовка к занятиям.	15.20 – 15.30	10 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.20 – 16.45	1 ч. 25 мин.
Непрерывная образовательная деятельность во вторую половину дня	15.30 – 15.55	25 мин.			
Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.55 – 16.45	50 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.45 - 18.15	1 ч. 30 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.45 - 18.15	1 ч. 30 мин.
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.30	15 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.30	15 мин.
Ужин	18.30 -18.45	15 мин.	Ужин	18.30 -18.45	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.45- 19.00	15 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой.	18.45- 19.00	15 мин.



### Подготовительная группа от 6 до 7 лет

Холодный период года			Теплый период года		
Прием. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.	Прием на участке. Утренний фильтр: осмотр детей, измерение температуры. Игровая деятельность. Ситуации общения.	7.00 - 8.15	1 ч. 15 мин.
Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.	Утренняя гимнастика.	8.15 - 8.25	10 мин.
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.25 - 8.35	10 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.25 - 8.35	10 мин.
Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.	Завтрак.	8.35 - 8.50	15 мин.
Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика, самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	8.50 - 9.00	10 мин.	Игры. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика. Ситуации общения. Самостоятельная деятельность. Двигательная активность. Подготовка и выход на прогулку	8.50 - 9.00	10 мин.
Непрерывная образовательная деятельность	9.00 – 9.30	30 мин.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность) Совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная игровая деятельность детей на прогулке. Закаливающие мероприятия.	9.00 – 12.00	3 ч.
Перерыв между НОД	9.30 - 9.40	10 мин.			
Непрерывная образовательная деятельность	9.40 - 10.10	30 мин.			
Перерыв между НОД	10.10 – 10.20	10 мин.			
Непрерывная образовательная деятельность	10.20 – 10.50	30 мин.			
Подготовка к прогулке	10.50 - 11.00	10 мин.			
Прогулка (игры, наблюдения, труд, двигательная активность, беседы, экспериментирование, самостоятельная деятельность)	11.00 – 12.00	1 ч.			
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	12.00–12.10	10 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.	12.00–12.10	10 мин.
Обед	12.10 –12.25	15 мин.	Обед	12.10 –12.25	15 мин.
Подготовка ко сну	12.25–12.30	5 мин.	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	12.25–12.30	5 мин.

Сон	12.30-15.00	2 ч. 30 мин.	Сон	12.30-15.00	2 ч. 30 мин.
Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.00–15.15	15 мин.	Постепенный подъём. Гимнастика после сна. Воздушные и водные закаливающие процедуры.	15.00–15.15	15 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.25	10 мин.	Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.25	10 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.25 – 16.15	50 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность, двигательная активность. Подготовка к прогулке	15.25 – 16.15	50 мин.
Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.15 - 18.15	2 ч.	Прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, беседы, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность)	16.15 - 18.15	2 ч.
Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.30	15 мин.	Возвращение с прогулки, Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину.	18.15-18.30	15 мин.
Ужин	18.30 -18.45	15 мин.	Ужин	18.30 -18.45	15 мин.
Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой	18.45- 19.00	15 мин.	Игры, совместная деятельность с педагогом. Уход детей домой.	18.45- 19.00	15 мин.