

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад № 282  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
1-я младшая группа \_\_\_\_\_

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренняя зарядка	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.40
Самостоятельная деятельность	08.40 -09.00
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.45
Обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну	12.20-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.30
Самостоятельная деятельность	15.30-16.15
Организационная образовательная деятельность (по подгруппам)	15.45-16.00- 16.15
Подготовка к ужину	16.15-17.05
Ужин	17.05-17.30
Чтение художественной литературы	17.30-17.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	17.50-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад № 282  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
2-я младшая группа № \_\_\_\_\_

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренняя зарядка	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-09.40
Подготовка к образовательной деятельности	09.40-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00-12.20
Обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00- 16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.25
Ужин	17.25-17.40
Чтение художественной литературы	17.40-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий БДОУ г.Омска  
 «Детский сад № 282  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
 «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 Средняя группа № **6**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренняя зарядка	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10-08.40
Подготовка к образовательной деятельности	08.40-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.25
Обед	12.25-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00- 16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.25
Ужин	17.25-17.40
Чтение художественной литературы	17.40-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад № 282  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
Средняя группа № **10**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренняя зарядка	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.25
Обед	12.25-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00- 16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.25
Ужин	17.25-17.40
Чтение художественной литературы	17.40-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий БДОУ г.Омска  
 «Детский сад № 282  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
 «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 Старшая группа № 2

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренний круг	08.00-08.10
Утренняя зарядка	08.10-08.20
Подготовка к завтраку	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00- 16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.25
Ужин	17.25-17.40
Чтение художественной литературы	17.40-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий БДОУ г.Омска  
«Детский сад № 282  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
Старшая группа № **9**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренний круг	08.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00-16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.25
Ужин	17.25-17.40
Чтение художественной литературы	17.40-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30-06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий БДОУ г.Омска  
 «Детский сад № 282  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
 «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 Старшая логопедическая группа № **3**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.30-08.00
Утренняя зарядка	08.00-08.10
Утренний круг	08.10-08.20
Подготовка к завтраку	08.20-08.30
Завтрак	08.30-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы	15.25-16.00
Прогулка	16.00-16.40
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.40-17.00
Ужин	17.00-17.20
Уход домой.	17.20-17.30
<b>Дома</b>	
Прогулка	17.30-18.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.30-20.30
Ночной сон	20.30- 06.30(07.00)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий БДОУ г.Омска  
 «Детский сад № 282  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Л.И. Кучина  
 «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
 Подготовительная группа № 7

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	06.30-07-30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
Утренний круг	08.00-08.20
Утренняя зарядка	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
Подготовка к образовательной деятельности	08.50-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.30-12.40
Обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры закаливание	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.20
Организационная образовательная деятельность (индивидуально, по подгруппам)	15.50-16.00-16.20
Подготовка к ужину	16.20-17.30
Ужин	17.30-17.50
Чтение художественной литературы	17.50-18.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	18.00-18.30
Прогулка, уход домой.	18.30-19.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.30-19.30
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30
Ночной сон	20.30-06.30(07.00)



