

УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий ГКДОУ «Детский сад №317  
г.о. Донецк» ДНР  
И.А.Вавиленко  
Протокол № 1 от 28.08.2025

### Режим дня (холодный и теплый период)

#### 1. Холодный период

| Режимные моменты                                                                 | Ясельно-младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------|----------------|-------------------------|
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность         | 7.00–8.00              | 7.00–8.15      | 7.00–8.20      | 7.00–8.20               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                   | 8.00–8.30              | 8.15–8.40      | 8.20–8.45      | 8.35–8.55               |
| Игры, подготовка к занятиям                                                      | 8.30–9.00              | 8.40–9.00      | 8.45–8.50      | 8.55–9.05               |
| Занятия по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)                     | 9.00-9.10<br>9.20-9.30 | 9.00–9.50      | 8.50–10.25     | 9.05–10.50              |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                  | 9.30–11.20             | 9.50–11.45     | 10.25–12.00    | 10.50–12.15             |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                             | 11.20–11.45            | 11.45–12.00    | 12.00–12.15    | 12.15–12.35             |
| Подготовка к обеду, обед                                                         | 11.45–12.25            | 12.00–12.30    | 12.15–12.45    | 12.35–13.05             |
| Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон | 12.25–15.00            | 12.30–15.00    | 12.45–15.10    | 13.05–15.15             |
| Постепенный подъем, самостоятельная деятельность                                 | 15.00–15.20            | 15.00–15.25    | 15.10–15.25    | 15.15–15.25             |
| Полдник                                                                          | 15.20–15.50            | 15.25–15.55    | 15.25–15.45    | 15.40–16.00             |
| Самостоятельная деятельность                                                     | 15.50–16.25            | 15.55–16.35    | 15.50–16.35    | 16.00–16.40             |
| Подготовка к прогулке, прогулка уход домой                                       | 16.25–17.40            | 16.35–17.30    | 16.35–17.30    | 16.40–17.30             |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой                 | 17.40–19.00            | 17.40–19.00    | 17.40–19.00    | 17.40–19.00             |

## 2. Теплый период.

| Режимные моменты                                                                 | Ясельно-младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------|----------------|-------------------------|
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность         | 7.00–8.00              | 7.00–8.15      | 7.00–8.20      | 7.00–8.20               |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                   | 8.00–8.30              | 8.15–8.40      | 8.20–8.45      | 8.35–8.55               |
| Игры, подготовка к занятиям                                                      | 8.30–9.00              | 8.40–9.00      | 8.45–8.50      | 8.55–9.05               |
| Занятия по подгруппам (общая длительность, включая перерывы)                     | 9.00–9.10<br>9.20–9.30 | 9.00–9.50      | 8.50–10.25     | 9.05–10.50              |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                  | 9.30–11.20             | 9.50–11.45     | 10.25–12.00    | 10.50–12.15             |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность                             | 11.20–11.45            | 11.45–12.00    | 12.00–12.15    | 12.15–12.35             |
| Подготовка к обеду, обед                                                         | 11.45–12.25            | 12.00–12.30    | 12.15–12.45    | 12.35–13.05             |
| Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон | 12.25–15.00            | 12.30–15.00    | 12.45–15.10    | 13.05–15.15             |
| Постепенный подъем, самостоятельная деятельность                                 | 15.00–15.20            | 15.00–15.25    | 15.10–15.25    | 15.15–15.25             |
| Полдник                                                                          | 15.20–15.50            | 15.25–15.55    | 15.25–15.45    | 15.40–16.00             |
| Самостоятельная деятельность                                                     | 15.50–16.25            | 15.55–16.35    | 15.50–16.35    | 16.00–16.40             |
| Подготовка к прогулке, прогулка                                                  | 16.25–17.40            | 16.35–17.30    | 16.35–17.30    | 16.40–17.30             |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой                 | 17.40–19.00            | 17.40–19.00    | 17.40–19.00    | 17.40–19.00             |