

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ №143 «Радуга» г. Грозного  
А. М. Садаева  
"24" 08 2025 г.

**Режим дня  
Холодный период**

| Режимные моменты                                                                           | Младшая группа         | Средняя группа         | Старшая группа                             | Подготов. группа                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Прием, осмотр детей, утренняя гимнастика, дежурство, инд. работа, игры.                    | 7.00 – 8.30            | 7.00 – 8.30            | 7.00 – 8.30                                | 7.00 – 8.30                                  |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                             | 8.30 – 9.00            | 8.30 – 9.00            | 8.30 – 9.00                                | 8.30 – 9.00                                  |
| ООД                                                                                        | 9.00-9.15<br>9.25-9.40 | 9.00-9.20<br>9.30-9.50 | 9.00-9.25<br>9.35 – 10.00<br>10.10 – 10.35 | 9.00 – 9.30<br>9.40 – 10.10<br>10.20 – 10.50 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка.                                                     | 9.40-11.40             | 9.50 – 11.50           | 10.00 – 12.00                              | 10.50 – 12.20                                |
| Возвращение с прогулки, игры,                                                              | 11.40-12.00            | 11.50 – 12.10          | 12.00 – 12.10                              | 12.20 – 12.25                                |
| Подготовка к обеду, обед                                                                   | 12.00-13.00            | 12.00-13.00            | 12.00-13.00                                | 12.00-13.00                                  |
| Подготовка ко сну, дневной сон                                                             | 13.00-15.00            | 13.00-15.00            | 13.00-15.00                                | 13.00-15.00                                  |
| Подъем, воздушные и водные процедуры, игры, подготовка к полднику, уплотненный полдник     | 15.00-16.00            | 15.00-16.00            | 15.00-16.00                                | 15.00-16.00                                  |
| Игры, самост. и образовательная деятельность, занятия со специалистами, чтение худ. лит-ры | 16.00-17.00            | 16.00-17.00            | 16.00-17.00                                | 16.00 – 17.00                                |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры, уход детей домой            | 17.00-19.00            | 17.00-19.00            | 17.00-19.00                                | 17.00-19.00                                  |

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ №143 «Радуга» г. Грозного»  
А. М. Садаева  
" " 2026 г.

## Режим дня Теплый период

| Режимные моменты                                                                                    | Младшая группа         | Средняя группа         | Старшая группа         | Подготов. группа       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика                                                      | 7.00-8.30<br>8.30-9.00 | 7.00-8.30<br>8.30-9.00 | 7.00-8.30<br>8.30-9.00 | 7.00-8.30<br>8.30-9.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак                                                                      | 9.00-9.25              | 9.00-9.25              | 9.00-9.25              | 9.00-9.25              |
| Занятия на свежем воздухе, прогулка, игры, наблюдение, закаливание, воздушные и солнечные процедуры | 10.10 -11.20           | 10.20 -11.30           | 10.55-12.00            | 09.25-12.10            |
| Возвращение с прогулки(КГН)                                                                         | 11.20 – 11.45          | 11.30 – 12.00          | 12.00-12.10            | 12.10-12.20            |
| Подготовка к обеду, обед                                                                            | 11.45-12.25            | 12.00-12.30            | 12.10-12.40            | 12.20-12.45            |
| КГН, подготовка ко сну, дневной сон                                                                 | 12.25-15.15            | 12.30-15.15            | 12.40-15.15            | 12.45-15.15            |
| Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры                                                    | 15.15-15.30            | 15.15-15.30            | 15.15-15.30            | 15.15-15.30            |
| Игры по интересам, самостоятельная деятельность                                                     | 15.35-17.00            | 15.35-17.00            | 15.35-17.00            | 15.35-17.00            |
| Ужин                                                                                                | 17.00-17.30            | 17.00-17.30            | 17.00-17.30            | 17.00-17.30            |
| Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой                                                           | 17.30-19.00            | 17.30-19.00            | 17.30-19.00            | 17.30-19.00            |