

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский сад  
№ 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

**Группа № 1**  
(1 младшая группа)  
**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Холодный период года**

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.05	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры
8.05-8.30	Подготовка к завтраку, завтрак
8.30-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00(8.50) - 9.30	Занятия
9.30-9.40	Второй завтрак
9.40-11.20	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
11.20 -11.30	Возращение с прогулки, игры
11.30-11.55	Подготовка к обеду, обед
11.55-15.00	Подготовка к дневному сну, сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры
15.15-15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30-16.10	Игры, самостоятельная деятельность/ Занятия по подгруппам/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
16.10-17.30	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
17.30-18.00	Возращение с прогулки
18.00-18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
18.30-19.30	Прогулка
19.30-20.00	Возращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.00-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

## Группа № 4

(1 младшая группа)

### РЕЖИМ ДНЯ

### Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.05	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры
8.05-8.30	Подготовка к завтраку, завтрак
8.30-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00(8.50) - 9.30	Занятия
9.30-9.40	Второй завтрак
9.40-11.20	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
11.20 -11.30	Возращение с прогулки, игры
11.30-11.55	Подготовка к обеду, обед
11.55-15.00	Подготовка к дневному сну, сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры
15.15-15.30	Подготовка к полднику, полдник
15.30-16.10	Игры, самостоятельная деятельность/ Занятия по подгруппам/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
16.10-17.30	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
17.30-18.00	Возращение с прогулки
18.00-18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
18.30-19.30	Прогулка
19.30-20.00	Возращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.00-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

## Группа № 2 (2 младшая группа)

### РЕЖИМ ДНЯ Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.10	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика
8.10-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-9.00	Игра, подготовка к непосредственно образовательной деятельности
9.00-9.40	Занятия
9.40-9.55	второй завтрак
9.55-11.25	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
11.25-11.40	Возращение с прогулки, игры
11.40-12.05	Подготовка к обеду, обед
12.05-15.05	Подготовка к дневному сну, сон
15.05-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику, полдник
15.30-16.50	Игры, самостоятельная деятельность/ Занятия/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам
16.50-17.30	Подготовка и выход на прогулку, прогулка
17.30-18.05	Возращение с прогулки
18.05-18.35	Подготовка к ужину, ужин
18.35-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-19.30	Прогулка
19.30-20.00	Возращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.00-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

## Группа № 3 (2 младшая группа)

### РЕЖИМ ДНЯ Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.10	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика
8.10-8.40	Подготовка к завтраку, завтрак
8.40-9.00	Игра, подготовка к непрерывной образовательной деятельности
9.00-9.40	Занятия
9.40-9.55	второй завтрак
9.55-11.25	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
11.25-11.40	Возращение с прогулки, игры
11.40-12.05	Подготовка к обеду, обед
12.05-15.05	Подготовка к дневному сну, сон
15.05-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику, полдник
15.30-16.50	Игры, самостоятельная деятельность/ занятия /оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
16.50-17.30	Подготовка и выход на прогулку, прогулка
17.30-18.05	Возращение с прогулки
18.05-18.35	Подготовка к ужину, ужин
18.35-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-19.30	Прогулка
19.30-20.00	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.00-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

**Группа № 6**  
(средняя группа)  
**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Холодный период года**

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.15	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика
8.15-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-9.00	Игра, подготовка к непрерывной образовательной деятельности
9.00-9.50	Занятия/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
9.50-10.00	второй завтрак
10.00-10.20	игра, самостоятельная деятельность
10.20 -11.50	подготовка и выход на прогулку, прогулка
11.50-12.05	Возращение с прогулки, игры
12.05-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.00	Подготовка к дневному сну, сон
15.00-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику, полдник
15.30-16.40	игры, самостоятельная деятельность/занятия
16.40-17.50	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
17.50-18.15	Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
18.15-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»

Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

## Группа № 10 (средняя группа)

### РЕЖИМ ДНЯ Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.15	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика,
8.15-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45-9.00	Игра, подготовка к непрерывной образовательной деятельности
9.00-9.50	Занятия / закаливание/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
9.50-10.00	второй завтрак
10.00-10.20	игра, самостоятельная деятельность
10.20 -11.50	подготовка и выход на прогулку, прогулка/ оздоровление, игры в воде (бассейн) по подгруппам.
11.50-12.05	Возращение с прогулки, игры
12.05-12.30	Подготовка к обеду, обед
12.30-15.00	Подготовка к дневному сну, сон
15.00-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику, полдник
15.30-16.40	Игры, самостоятельная деятельность/занятия
16.40-17.50	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
17.50-18.15	Возращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
18.15-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»

Н.П. Прозорова

«29» августа 2024 год

## Группа № 5

(старшая группа)

### РЕЖИМ ДНЯ

### Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.25	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры
8.25-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00-10.45(11.10)	Занятия/занятия в бассейне
10.00-10.10	Второй завтрак
10.45(11.10) - 12.15	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
12.15-12.25	Возращение с прогулки, игры
12.25-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка к дневному сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры Подготовка к полднику, полдник
15.30-16.20/17.00	Игры, самостоятельная деятельность/занятия
16.20/17.00-18.00	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
18.00-18.20	Возращение с прогулки
18.20-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»

Н.П. Прозорова

«29» августа 2024 год

## Группа № 8

(старшая группа)

### РЕЖИМ ДНЯ

### Холодный период года

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.25	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры
8.25-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00-10.45	Занятия/занятия в бассейне
10.00-11.10	Второй завтрак
10.45 -12.15	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
12.15-12.25	Возращение с прогулки, игры
12.25-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка к дневному сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры
15.30-16.20/17.00	Подготовка к полднику, полдник
15.30-16.20/17.00	Игры, самостоятельная деятельность/занятия
16.20/17.00-18.00	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
18.00-18.20	Возращение с прогулки, игры
18.20-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон



Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»

Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

**Группа № 7**  
(подготовительная логопедическая группа)  
**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Холодный период года**

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.30-8.30	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры/ индивидуальная коррекционная работа
8.30-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00-10.50(11.30)	занятия, коррекционная работа по подгруппам/ оздоровление, занятия в бассейне по подгруппам.
10.10-10.20	Второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
12.20 -12.25	Возращение с прогулки
12.25-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка к дневному сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику, полдник
15.30-16.30(17.30)	Игры, самостоятельная деятельность/ занятия/индивидуальная коррекционная работа
16.30 - 17.10	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность
17.10-17.15	Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность
17.15-17.45	Подготовка к ужину, ужин
17.45-18.00	игры уход детей домой
<b>Дома</b>	
18.00-20.00	Прогулка, игры на свежем воздухе, коррекционная работа
20.00-20.30	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

**Группа № 9**  
(подготовительная группа)  
**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Холодный период года**

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.30	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливание
8.30-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00-10.50	Занятия/занятия в бассейне по подгруппам
10.10-10.20	Второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
12.20 -12.25	Возращение с прогулки
12.25-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка к дневному сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику полдник
15.30-16.30/17.00	Игры, самостоятельная деятельность/ занятия
16.30/17.00-18.10	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
18.10-18.20	Возращение с прогулки
18.20-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Рассмотрено на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
Н.П. Прозорова  
«29» августа 2024 год

**Группа № 11**  
(подготовительная группа)  
**РЕЖИМ ДНЯ**  
**Холодный период года**

<b>Дома</b>	
7.00-7.30	Подъём, утренний туалет
<b>в Дошкольном учреждении</b>	
7.00-8.30	Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика, закаливание
8.30-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55-9.00	Игра, подготовка к занятиям
9.00-10.50/ 11.00-12.00	Занятия/Занятия в бассейне по подгруппам
10.10-10.20	Второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
12.20 -12.25	Возращение с прогулки
12.25-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.15	Подготовка к дневному сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, подготовка к полднику полдник
15.30- 16.30/17.00	Игры, самостоятельная деятельность/ Занятия
16.30/17.00 - 18.10	Подготовка и выход на прогулку, прогулка, самостоятельная деятельность, игры
18.10-18.20	Возращение с прогулки,
18.20-18.45	Подготовка к ужину, ужин
18.45-19.00	Игры, уход детей домой
<b>Дома</b>	
19.00-20.00	Прогулка
20.00-20.30	Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры
20.30-7.00	Ночной сон

Департамент образования Администрации города Омска

бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска  
«Детский сад № 283 комбинированного вида»  
(БДОУ г. Омска «Детский сад № 283 комбинированного вида»)

Утверждён на педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2023 г.  
заведующий БДОУ г. Омска «Детский  
сад № 283 комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_ Н.П. Прозорова

## **РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ**

**в БДОУ г. Омска «Детский сад № 283 комбинированного вида»  
на 2024-2025 учебный год**