

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 45»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ**
620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В
Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru
Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МДОУ «Детский сад № 45»
Т.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей
дошкольного возраста в
образовательном учреждении
в холодный (образовательный) период
(сентябрь – май) и тёплый период
(июнь - август)
на все возрастные категории**



Екатеринбург, 2026



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 3-го года жизни в образовательном учреждении
(младшая группа общеразвивающей направленности)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.00	Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.00 - 8.05	Утренняя гимнастика
8.05 - 8.20	Самостоятельная/образовательная деятельность в режимных моментах
08.20 – 08.40	Санитарно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Самостоятельная/игровая деятельность/совместная с воспитателем деятельность/занятия по подгруппам
9.00 – 10.00	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности.
	Двигательная, игровая активность
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10 - 11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.45 - 12.20	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Самостоятельная /образовательная деятельность в режимных моментах
	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.
12.20 - 12.50	Обед
12.50 - 15.20	Подготовка ко сну
	ДНЕВНОЙ СОН
15.20 – 15.40	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.
15.40 – 16.00	Самостоятельная/игровая/совместная с воспитателем деятельность. Восприятие художественной литературы и фольклора
16.00 – 16.20	Подготовка к полднику. Полдник
16.20 – 18.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание)
	Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение. Уход домой

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 45»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ

620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В

Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru

Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 4-го года жизни в образовательном учреждении
(младшая группа общеразвивающей направленности)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.00	Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика
8.10- 8.20	Самостоятельная/образовательная деятельность в режимных моментах
8.20 - 8.40	Санитарно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку. Завтрак
8.40 - 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.00	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
	Двигательная, игровая активность
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10- 11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.45 - 12.00	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Самостоятельная деятельность.
12.00 - 13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство). Обед
13.00 - 15.10	Подготовка ко сну
	ДНЕВНОЙ СОН
15.10 – 15.30	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.
15.30 – 15.50	Игры, самостоятельная деятельность. Восприятие художественной литературы и фольклора
15.50 – 16.10	Подготовка к полднику. Полдник
16.10 - 16.20	Вечерний круг
16.20 – 18.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание)
	Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение. Уход домой

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 45»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ

620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В

Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru

Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 5-го года жизни в образовательном учреждении
(средняя группа общеразвивающей направленности)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.00	Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика
8.10 - 8.20	Самостоятельная/образовательная деятельность в режимных моментах
8.20- 8.40	Санитарно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку. Завтрак
8.40 - 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.20	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
	Двигательная, игровая активность
10.00-10.10	Второй завтрак
10.20 - 11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка
11.50 - 12.20	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Самостоятельная деятельность.
12.20 – 13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство). Обед
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну
	ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.
15.20 – 15.45	Игры, самостоятельная деятельность. Восприятие художественной литературы и фольклора
15.45 – 16.20	Подготовка к полднику . Полдник
16.20-16.30	Вечерний круг
16.30 – 18.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание)
	Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение. Уход домой



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
 заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
 Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 6-го года жизни в образовательном учреждении
 (старшая группа общеразвивающей направленности)
 холодный (образовательный) период (сентябрь – май)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.00	Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.00 - 8.10	Утренняя гимнастика
8.10-8.25	Самостоятельная/образовательная деятельность в режимных моментах
8.25 - 8.40	Санитарно-гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку Завтрак
8.40 - 9.00	Утренний круг
9.00 – 10.50	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
	Двигательная, игровая активность
10.00-10.10	Второй завтрак
10.50 - 12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка
12.20 - 12.30	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Самостоятельная деятельность.
	Гигиенические процедуры.
12.30 - 13.00	Подготовка к обеду (дежурство).Обед
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну
	ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.20	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.
15.20 – 15.40	Свободная деятельность воспитателя и детей /ИЛИ НОД Восприятие художественной литературы и фольклора
15.40 – 16.35	Подготовка к полднику Полдник
16.35-16.45	Вечерний круг
16.35 – 18.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание)
	Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение. Уход домой

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 45»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ

620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В

Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru

Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026

заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»

Т.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 7-го (8) года жизни в образовательном учреждении
(подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности)
холодный (образовательный) период (сентябрь – май)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.15	Утренний прием, свободная игра, самостоятельная деятельность
8.15 - 8.25	Утренняя гимнастика
8.25 - 8.35	Самостоятельная/образовательная деятельность в режимных моментах
8.35 - 8.50	Санитарно-гигиенические процедуры Подготовка к завтраку. Завтрак
8.50 - 9.00	Самостоятельная/игровая деятельность
9.00 – 11.10	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности
	Двигательная, игровая активность
10.00-10.10	Второй завтрак
11.10 - 12.35	Подготовка к прогулке. Прогулка
12.35 - 12.40	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь).
	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду (дежурство).
12.40 - 13.00	Обед
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну
	ДНЕВНОЙ СОН
15.00 – 15.15	Подъем. Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.
15.15 – 16.20	Свободная деятельность воспитателя и детей /ИЛИ НОД Восприятие художественной литературы и фольклора
16.20 -16.30	Подготовка к полднику
	Полдник
16.30-16.40	Вечерний круг
16.40 – 18.00	Подготовка к прогулке (самообслуживание)
	Прогулка. Игровая, познавательно-исследовательская, двигательная деятельность, общение. Уход домой



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 3-го года жизни
(ранняя группа общеразвивающей направленности)
в (оздоровительный) теплый период года (июнь – август)**

Время	Режимные моменты, деятельность
7.30 - 8.10	Утренний прием на улице, игры.
8.10 - 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 9.00	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Подготовка к завтраку (дежурство). Завтрак.
9.00 – 11.35	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми, игры, наблюдения, трудовые поручения, музыкально-спортивные мероприятия)
10.00-10.10	Второй завтрак
11.35-11.55	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры
11.55-12.25	Подготовка к обеду (дежурство). Обед
12.25-15.25	Подготовка ко сну, сон
15.25-15.35	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры
15.15 – 15.40	Свободная деятельность педагога и детей
15.35-16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.20-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми). Взаимодействие с родителями, уход детей домой

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 45»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ
620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В
Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru
Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 4-го года жизни
(младшая группа общеразвивающей направленности)
в (оздоровительный) теплый период года (июнь – август)**

Время	Режимные моменты, деятельность
07.30-08.10	Утренний прием на улице, игры. Утренняя игровая гимнастика на воздухе
08.10-08.50	Приход детей в группу, подготовка к завтраку, завтрак
08.50-09.15	Совместная деятельность педагога с детьми, совместная деятельность
09.15-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми, игры, наблюдения, трудовые поручения, музыкально-спортивные мероприятия)
10.00-10.10	Второй завтрак
11.50-12.10	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры
12.10-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.00	Подготовка ко сну, сон
15.00-15.20	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры
15.20-16.05	Свободная деятельность педагога и детей
16.05-16.25	Подготовка к полднику, полдник
16.25-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми). Взаимодействие с родителями, уход детей домой



Приказом № 162/ОД от 01.09.2026
заведующий МАДОУ «Детский сад № 45»
Г.Р.Асатова

**Распорядок и режим дня детей 5-го года жизни
(средняя группа общеразвивающей направленности)
в (оздоровительный) теплый период года (июнь – август)**

Время	Режимные моменты, деятельность
07.30-08.10	Утренний прием на улице, игры. Утренняя игровая гимнастика на воздухе
08.10-08.50	Приход детей в группу, подготовка к завтраку, завтрак
08.50-09.20	Совместная деятельность педагога с детьми, совместная деятельность
09.20-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми, игры, наблюдения, трудовые поручения, музыкально-спортивные мероприятия)
10.00-10.10	Второй завтрак
12.00-12.20	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры
12.20-12.45	Подготовка к обеду, обед
12.45-15.05	Подготовка ко сну, сон
15.05-15.25	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры
15.25-16.05	Свободная деятельность педагога и детей
16.05-16.25	Подготовка к полднику, полдник
16.25-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми). Взаимодействие с родителями, уход детей домой

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 45»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ
620105 г. Екатеринбург, проспект Академика Сахарова, д.31В
Тел. +7(343)224-45-37, e-mail: mdou45akadem@eduekb.ru
Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



**Распорядок и режим дня детей 6-го года жизни
(средняя группа общеразвивающей направленности)
в (оздоровительный) теплый период года (июнь – август)**

Время	Режимные моменты, деятельность
07.30-08.15	Утренний прием на улице, игры. Утренняя игровая гимнастика на воздухе
08.10-08.50	Приход детей в группу, подготовка к завтраку, завтрак
08.50-09.25	Совместная деятельность педагога с детьми, совместная деятельность
09.25-12.10	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми, игры, наблюдения, трудовые поручения, музыкально-спортивные мероприятия)
10.00-10.10	Второй завтрак
12.15-12.25	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры
12.25-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.10	Подготовка ко сну, сон
15.10-15.25	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры
15.25-16.10	Свободная деятельность педагога и детей
16.10-16.30	Подготовка к полднику, полдник
16.30-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми). Взаимодействие с родителями, уход детей домой

Сайт: <http://45.tvoysadik.ru>



Г.Р.Асатова

Время	Режимные моменты, деятельность
07.30-08.15	Утренний прием на улице, игры. Утренняя игровая гимнастика на воздухе
08.15-08.50	Приход детей в группу, подготовка к завтраку, завтрак
08.50-09.30	Совместная деятельность педагога с детьми, совместная деятельность
09.30-12.15	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми, игры, наблюдения, трудовые поручения, музыкально-спортивные мероприятия)
10.00-10.10	Второй завтрак
12.15-12.30	Возвращение с прогулки (самообслуживание, взаимопомощь). Гигиенические процедуры
12.30-12.55	Подготовка к обеду, обед
12.55-15.15	Подготовка ко сну, сон
15.15-15.30	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические и закаливающие процедуры
15.30-16.10	Свободная деятельность педагога и детей
16.10-16.30	Подготовка к полднику, полдник
16.30-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, досуговая совместная деятельности педагога с детьми). Взаимодействие с родителями, уход детей домой

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397093

Владелец Асатова Гульсина Ринатовна

Действителен с 24.06.2026 по 24.06.2027