

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад № 236»
Протокол № 1 от 26.08.2025

УТВЕРЖДЕНО
заведующий МБДОУ
«Детский сад № 236» о
_____ Ю.А. Кривошеина
Приказ № 80 от 26.08.2025 _____

РЕЖИМ ДНЯ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №236»
на 2025-2026 учебный год

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В МБДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Группа №1 – первая младшая группа

Группа №2 – вторая младшая группа

Группа № 3 – подготовительная к школе группа

Группа №4 – старшая группа

Группа № 5 – средняя группа

Группа №6 – старшая группа

Модель режима дня на холодный период.

Режимные моменты	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе
Прием детей, свободная игра, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00	7.00– 8.00	7.00–8.10	7.00– 8.20	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.10–8.30	8.20– 8.40	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	8.20 – 8.40	8.30 – 8.40	8.30–9.00	8.40– 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (общая длительность включая перерывы)	8.40– 9.40 Занятия по подгруппам	8.40 – 9.45	9.00–9.55	9.00–10.25	9.00 – 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (игры, наблюдения, труд)	9.40 – 11.20	9.45 - 11.30	9.55-11.40	10.25- 11.50	10.55-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	11.30–12.00	11.40–12.10	11.50– 12.20	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.00-15.00	12.00–15.00	12.10– 15.00	12.20 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры,	15.00–15.10	15.00–15.10	15.00– 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10

Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. Занятия со специалистами дополнительного образования	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.	16.30-17.30	16.30-17.40	16.30-17.45	16.30-18.00	16.30-18.30
подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00	17.40-18.00	17.45-18.15	18.00-18.20	18.30-18.50
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00	18.10-19.00	18.15 – 19.00	18.20 – 19.00	18.50 – 19.00

Модель режима дня на теплый период.

Режимные моменты	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе
Прием детей на улице, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00– 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30	8.00– 8.30	8.20 – 8.50	8.20 – 8.40
Игровая деятельность, подготовка к прогулке	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30– 9.00	8.50 – 9.00	8.40 – 9.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд, совместная деятельность)	9.00 -11.00	9.00 -11.00	9.00-11.40	9.00 -11.50	9.00 -12.00
Образовательная деятельность на прогулке	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Возвращение с прогулки водные процедуры	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.40	11.00-11.50	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.20 – 12.00	11.20 – 12.00	11.40–12.00	11.50–12.20	12.00–12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00	12.00–15.00	12.20–15.00	12.30–15.00
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00–15.15	15.00–15.10	15.00–15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30	15.10-15.30	15.15-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Игры, самостоятельная и. организованная детская деятельность.	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.45	16.30-17.50	16.30-18.20
Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00	17.40-18.00	17.45-18.00	17.50-18.10	18.20-18.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	18.00-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00	18.20-19.00	18.40-19.00

Режим дня для детей кратковременного пребывания в холодное время года

Вид деятельности детей	1-ая младшая группа	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Приём, самостоятельная деятельность.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Игры, самостоятельная деятельность Подготовка к занятиям	8.30 – 8.40	8.30 – 8.40	8.30–9.00	8.30–10.00	8.30 – 10.50
Занятия (общая длительность включая перерывы)	8.40 – 9.30	8.40 – 9.40	9.00–9.55	10.00-11.50	10.50-12.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (игры, наблюдения, труд)	9.30 - 11.20	9.40 - 11.30	9.55-11.40	11.50–12.20	12.00 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	11.20–12.00	11.30–12.00	11.40–12.10	9.00–10.00	9.00 – 10.50
Уход домой	12.30	12.30	12.30	12.30	12.30

Режим дня для детей кратковременного пребывания в теплое время года

Вид деятельности детей	1-ая младшая группа	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Приём, самостоятельная деятельность.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Игровая деятельность, подготовка к прогулке	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30– 9.00	8.30 – 9.00	8.30– 9.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд, совместная деятельность)	9.00 -11.00	9.00 -11.00	9.00-11.40	9.00 -11.50	9.00 -12.00
Образовательная деятельность на прогулке	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Возвращение с прогулки водные процедуры	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.40	11.00-11.50	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.20 – 12.00	11.20 – 12.00	11.40–12.00	11.50–12.20	12.00–12.30
Уход домой	12.30	12.30	12.30	12.30	12.30