

УТВЕРЖДЕН
приказом от «15» 12 2025 г. № 76
Заведующий МБДОУ №28 «Сказка»
Н.В. Шакирзянова

Режим дня холодный период 2025-2026 учеб. год

Мероприятия	Группа раннего возраста	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей на свежем воздухе, осмотр, занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов.	6.00 - 8.00	6.00 - 8.00	6.00 - 8.00	6.00 - 8.05	6.00 - 8.05	6.00 - 8.15
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.00-8.08	8.00-8.10	8.05-8.15	8.05-8.15	8.15-8.25
Гигиенические процедуры, занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов	8.05-8.10	8.08-8.15	8.10-8.20	8.15-8.20	8.15-8.25	8.25 –8.30
Завтрак	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.45	8.20-8.40	8.25 – 8.40	8.30 –8.40
Игры, занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов	8.40-8.50	8.45-8.50	8.45-9.00	8.40-9.00	8.40 – 8.50	8.40 –8.50
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерыв между занятиями не менее 10 мин.)	8.50 – 9.00 1 подгруппа 9.10-9.20 2 подгруппа	8.50 – 9.00 1 подгруппа 9.10-9.20 2 подгруппа	9.00 – 9.40	9.00 – 10.20	8.50 – 10.20	8.50-10.40
Занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов	9.20– 9.40	9.20– 9.40	9.40– 10.00	10.20-10.30	10.20–10.45	10.40–10.50
Второй завтрак. Подготовка к прогулке.	9.40 - 9.50	9.40 – 9.50	10.00-10.10	10.20-10.30	10.45-10.50	10.50-10.55
Прогулка	10.00-11.15	10.00-11.20	10.20-11.40	10.35-12.10	10.55-12.25	11.00-12.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	10.15-11.30	11.20-11.35	11.40-12.00	12.10-12.25	12.25-12.35	12.30-12.40
Обед, занятия, осуществляемые в	11.30-12.00	11.35-12.00	12.00-12.20	12.25-12.45	12.35-12.55	12.40-13.00

Обед, занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов,	11.30-12.00	11.35-12.00	12.00-12.20	12.25-12.45	12.35-12.55	12.40-13.00
---	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

подготовка ко сну.						
Дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.20-15.00	12.45-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00
Подъем детей, постепенный подъем, гигиенические процедуры, закаливание, полдник.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.50	15.00-15.50	15.00-15.50
Вечерние мероприятия, занятия, осуществляемые в ходе режимных моментов.	15.15-15.50	15.15-15.55	15.15-16.00	15.50-16.10	15.50-16.15	15.50-16.20
Ужин	15.50-16.10	15.55-16.15	16.00-16.20	16.10-16.25	16.15-16.30	16.20-16.40
Прогулка, игры, уход детей домой	16.10-18.00	16.15-18.00	16.20-18.00	16.25-18.00	16.30-18.00	16.40-18.00

Таблица 2

Режим дня (теплый период)

мероприятия	Группа раннего возраста	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей на воздухе	6.00 - 8.00					
Утренняя гимнастика на воздухе	8.00 – 8.05	8.00-8.05	8.00-8.06	8.00-8.08	8.00-8.10	8.00 -8.12
Гигиенические процедуры	8.05-8.20	8.05-8.20	8.06 - 8.20	8.08 -8.25	8.10 -8.25	8.12 -8.30
Завтрак	8.20 -8.40	8.20 -8.40	8.20 -8.40	8.25-8.45	8.25-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность детей	8.40 – 8.55	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.05	8.45 – 9.05	8.45 – 9.05
Подготовка к прогулке.	8.55 -9.10	9.00 -9.15	9.00 -9.15	9.05 -9.15	9.05 -9.15	9.05 -9.15
Прогулка	9.10 – 10.55	9.15 - 11.00	9.15 -11.10	9.15 -11.30	9.15 -11.40	9.15 -11.50
2-й завтрак	10.00 – 10.15					
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	10.55-11.10	11.00 - 11.15	11.10 - 11.30	11.30 – 11.45	11.40 – 11.55	11.50 - 12.05
Обед	11.10-11.40	11.15-11.45	11.30-12.00	11.45-12.15	11.55-12.25	12.05-12.35

Подготовка ко сну, дневной сон	11.40-15.15	11.45-15.15	12.00 - 15.15	12.15-15.15	12.25-15.15	12.35-15.15
Подъем детей, послесонная гимнастика	15.15 – 15.20					
Полдник	15.20					
Самостоятельная деятельность детей	15.25 – 16.00					
Подготовка к ужину. Ужин	16.00 – 16.30					
Вечерняя прогулка, уход детей домой	16.30 – 18.00					