

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №17 городского округа Кинешма (МБДОУ д/с №17)**

Рассмотрен и одобрен
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 12 августа 2025 г



«Утверждаю»

И.О. Заведующего МБДОУ д/с №17

(С.Д. Горшилова)

**ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
на 2025- 2026 учебный год.**

Режим дня рассчитан на 12-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Примерный режим дня в группе детей от 1,5 лет до 2 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.30-9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.00
Возвращение с прогулки, игры	11.00-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	12.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры	18.30-19.00
Уход детей домой	До 19.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.50-11.20
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	9.30-9.40
Подготовка к обеду, обед	11.20-11.50
Подготовка ко сну, сон	11.50-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.00-19.00
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16.20-16.30 16.40-16.50
Уход детей домой	До 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 2 лет до 3 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-9.10
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак	9.40-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.10-11.40
Обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.10-15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры	18.30-19.00
Уход детей домой	До 19.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.40-9.00
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-11.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак	9.40-9.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.00-19.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.20-16.30 16.40-16.50
Уход детей домой	До 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 3 лет до 4 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20
Завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10-9.50
Второй завтрак	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
Возвращение с прогулки, совместная и индивидуальная деятельность воспитателя с детьми.	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.40-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры.	15.10-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	До 19.00
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20
Завтрак	8.20-8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.50-9.10
Второй завтрак	9.50-10.00
Прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.10-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	До 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 4 лет до 5 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.25-8.55
Игры, подготовка к занятиям	8.55-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00
Возвращение с прогулки, совместная и индивидуальная деятельность воспитателя с детьми	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.30
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.10-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Игры по выбору и уход домой	До 19.00
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.25
Завтрак	8.25-8.55
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.55-9.15
Второй завтрак	10.00-10.10
Прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	До 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 5 лет до 6 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10-10.45
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, совместная и индивидуальная деятельность воспитателя с детьми	10.45-12.30
Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	13.00-15.10
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.10-15.30
Полдник	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	16.00-16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.25-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Игры по выбору, уход домой	До 19.00
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.15
Второй завтрак	10.10-10.20
Прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15-12.20
Обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Игры по выбору, уход домой	До 19.00

Примерный режим дня в группе детей от 6 лет до 7 лет.

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, совместная и индивидуальная деятельность воспитателя с детьми	10.50-12.40
Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.10
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.10-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	16.40-19.00
Игры по выбору, уход домой	До 19.00
Теплый период года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.00-12.30
Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Игры по выбору, уход домой	До 19.00

