

ПРИНЯТ  
Педагогическим советом  
МБДОУ ДС 10  
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1



**Режим и распорядок дня дошкольных групп  
общеразвивающей и оздоровительной направленности  
(I и II период с 01.09.2025 – 29.05.2026г)**

Режимные моменты	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовите- льная группа
Утренний прием детей. Свободная игра, индивидуальная работа, общение с родителями	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00
Развивающее общение воспитателя с детьми. Утренняя гимнастика (не менее 10 мин), игры.	8.00-8.10	8.00-8.15	8.00-8.20	8.00-8.25
Подготовка к завтраку, дежурство, привитие КГН	8.10-8.30	8.15-8.30	8.20-8.30	8.25-8.35
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.35-8.55
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Занятия	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Второй завтрак	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.40	10.00-12.00	10.10-12.10	10.50-12.20
Возвращение с прогулки, игры, привитие КГН	11.40-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, дежурство, обед.	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон.	12.30-15.00	12.40-15.10	12.50-15.20	13.00-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно- оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.10-15.30	15.20-15.35	15.30-15.40
Игры, труд, чтение, беседы, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа Занятия(старшие группы, 2 -3 раза в неделю)	15.20-16.00	15.30-16.00	15.35-16.00	15.40- 16.10
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.10-16.30
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.20-16.30	16.20-16.30	16.20-16.50	16.30-17.00
Подготовка к прогулке,	16.30-19.00	16.30-19.00	16.50-19.00	17.00-19.00

прогулка				
Уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

**Режим и распорядок дня дошкольных групп  
общеразвивающей и оздоровительной направленности**  
(III период 01.06.2026 – 31.08.2026)

Режимные моменты	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовител ьная к школе группа
Прием детей. Свободная игра, индивидуальная работа, общение с родителями Утренняя гимнастика (не менее 10мин).	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку, прогулка / Игры, наблюдения, солнечные и воздушные процедуры и т.д./	8.50-11.30	8.50-11.45	8.50-12.00	8.50 – 12.00
2-й завтрак	9.50-10.00	10.10-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, игры. Привитие КГН.	11.30 -12.00	11.45 –12.10	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.00-12.30	12.10 –12.40	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.30 –15.30	12.40 –15.30	12.50-15.30	12.50-15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.30 –15.45	15.30 –15.45	15.30-15.45	15.30 –15.45
Игры, индивидуальная работа	15.45 –16.00	15.45 –16.00	15.45-16.00	15.45 –16.00
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	16.00-16.30	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
Подготовка к прогулке Прогулка. Игры, занятия на свежем воздухе, совместная деятельность, индивидуальная работа, и т.п.	16.30 –19.00	16.20 –19.00	16.20-19.00	16.20 –19.00
Уход детей домой.	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

**Режим и распорядок дня для детей раннего возраста (от 2 до 3 лет)**  
**(I и II период с 01.09.2025 – 29.05.2026г)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Утренний приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	7.00 - 8.10
Подготовка к завтраку, привитие культурно-гигиенических навыков, завтрак	8.10 - 8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	8.45-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00 - 9.40
Подготовка к 2 завтраку , привитие культурно-гигиенических навыков, 2-й завтрак	9.40 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00 – 11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20 -12.00
Спокойные игры, подготовка ко сну. Дневной сон, постепенный подъём.	12.00 -15.30
Оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.40- 15.55
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.55 -16.20
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 -18.30
Уход детей домой	18 30 - 19.00

**(III период 01.06.2026 – 31.08.2026)**

Утренний прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	7.00-8.10
Формирование культурно-гигиенических навыков, подготовка к завтраку	8.10-8.20
Завтрак	8.20-8.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к прогулке	8.45-9.00
Прогулка: самостоятельная деятельность детей, наблюдения, индивидуальная работа с детьми, разнообразная игровая деятельность	9.00- 11.20
Второй завтрак <sup>1</sup>	9.40-9.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-12.00
Подготовка к обеду, обед	
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем,	12.00-15.30
Оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30-15.40
Самостоятельная деятельность	15.40- 15.55
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.55-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 -18.30
Уход детей домой	18 30 - 19.00