

«УТВЕРЖДЕН»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №10
компенсирующего вида» г. Сосногорска
_____ В.Д. Писарюк
01.09.2025г.

Режим дня
МБДОУ «Детский сад № 10 компенсирующего вида» г. Сосногорска
на 2025 – 2026 учебный год

г.Сосногорск,
2025 г.

**Режим дня в первой группа раннего возраста
(1 - 2 года)**

Холодное время года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика (10 минут)	07.30-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	08.40-09.10
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	09.10-09.20 09.30-09.40
Второй завтрак	09.40-09.50
Подготовка к прогулке, прогулка	09.50-11.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.20-12.20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры,	12.20-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00
Теплое время года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.30-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	08.40-09.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке	09.10-11.20
Второй завтрак	09.40-09.50
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.20-12.20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры,	12.20-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00

**Режим дня во второй группа раннего возраста
(2 - 3 года)**

Холодное время года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.30-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	08.45-09.15
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	09.15-09.25 09.35-09.45
Второй завтрак	09.45-09.55
Подготовка к прогулке, прогулка	09.55-11.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.25-12.25
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры,	12.25-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00
Теплое время года	
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.30-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	08.45-09.15
Подготовка к прогулке, прогулка	09.15-11.25
Второй завтрак	09.45-09.55
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.25-12.25
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры,	12.25-15.25
Полдник	15.25-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, т.д.)	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00

**Режим дня в младшей группе
(3 – 4 года)**

Холодное время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Игры, утренний круг, подготовка к занятиям	09.00-09.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, Полдник	15.30-16.05
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	16.05-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45-18.00
Теплое время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность	09.00-09.20
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.05
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	16.05-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.35-18.00

**Режим дня в средней группе
(4 – 5 лет)**

Холодное время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	09.00-09.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.15-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.05-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	12.50-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.10
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45-18.00
Теплое время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-09.00
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	09.00-09.15
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.15-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.10
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45-18.00

**Режим дня в старшей группе
(5 – 6 лет)**

Холодное время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-09.00
Утренний круг, игры, подготовка к занятиям	09.00-09.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.20-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.15
Занятия (при необходимости)	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45-18.00
Теплое время года	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-09.00
Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность	09.00-09.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.20-12.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к обеду, обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.15
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45-18.00

**Режим дня в подготовительной группе
(6 – 7 лет)**

Холодное время года	
Утренний прием детей, игры, утренний круг, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40-09.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.10-11.00
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.15
Вечерний круг, игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.35-18.00
Теплое время года	
Утренний прием детей, игры, утренний круг, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.30-08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.40-09.10
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.35-18.00