C=RU,
OU=Заведующий,
O="МБДОУ ""Детский сад N281"", г.о. Самара",
CN=Михайлина Лариса Петровна,
E=MLP1604@YANDEX.RU
123456789
2026.08.31 15:09:

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 281» г.о.Самара
_____Л.П.Михайлина

Режим дня 1 младшей группы на 2026-2027 уч. год

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (в группе).	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непрерывная образовательная деятельность по подгруппам (включая 10 мин перерыв).	9.00 – 9.30 9.30 – 10.00	I подгр. 20 мин +10 мин пер. II подгр. 20 мин + 10 минут перерыв	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30	I подгр. 10 мин +10 мин пер. II подгр.10 мин
4	Самостоятельная деятельность, игры, двигательная активность)	10.00 -10.30	60 мин	9.30-10.30.	60 мин.
5	Второй завтрак	10.30-10.40	10 мин	10.30-10.40	10 мин
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	10.40 – 12.00	80 мин (1ч 20 мин)	10.40 – 12.00	80мин (1ч 20 мин)
7	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30	30 мин	12.00 – 12.30	30 мин
8	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 – 15.30	180 мин (3ч 00мин)	12.30 – 15.30	180 мин (3ч 00мин)
9	Постепенный подъём, измерение температуры, подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 16.00	30 мин	15.30 – 16.00	30 мин
10	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16.30 – 18.10	100 мин (1ч 40мин)	16.00 – 18.10	130 мин (2ч 10мин)
11	Возвращение с прогулки, игры самостоятельная деятельность.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
12	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
13	Самостоятельная деятельность, уход домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
14	Итого:		720 мин (12ч 00мин)		720 мин (12ч 00мин)

Примечание:

Режимные моменты	**Холодный период**	**Тёплый период**
Продолжительность прогулок (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**180 мин (3ч мин)**	**210 мин (3ч. 30 мин)**
Продолжительность дневного сна (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**180 мин (3ч 00мин)**	**180 мин (3ч 00мин)**
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**I половина дня -10 мин/10 мин II половина дня – 10 мин/10 мин**	**10 мин/10мин**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 281» г.о.Самара
_____Л.П.Михайлина

Режим дня II младшей группы на 2026-2027 уч. год

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непрерывная образовательная деятельность (включая 10- 20 мин перерыв).	9.00 - 9.50	30 мин + перерыв	9.00 – 9.15	15 мин
4	Самостоятельная деятельность, игры, двигательная активность	9.50-10.30	40 мин.	9.15-10.30	75 мин (1 ч 15 мин)
5	Второй завтрак	10.30-10.40	10 мин	10.30-10.40	10 мин
	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	10.40 – 12.00	80 мин (1ч 20 мин)	10.40 – 12.00	80 мин (1ч 20 мин)
6	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.30	30 мин	12.00 – 12.30	30 мин
7	Подготовка ко сну, дневной сон. постепенный подъём	12.30 - 15.30	180 мин (3ч 00мин)	12.30 - 15.30	180 мин (3ч 00мин)
8	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50	20 мин	15.30 – 15.50	20 мин
9	Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.50 – 16.30	40 мин	15.50 – 16.00	10 мин
10	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16.30 –18.10	100 мин (1ч 40мин)	16.00 –18.10	130 мин (2ч 10мин)
11	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
12	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
13	Игры, уход детей домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
14	Итого:		720 мин (12ч 00мин)		720 мин (12ч 00мин)

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**180 мин (3ч 00мин)**	**210 мин (3ч. 30 мин)**
Продолжительность дневного сна (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**180 мин (3ч 00мин)**	**180 мин (3ч 00мин)**
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**I половина дня -15 мин/30 мин**	**15 мин/15мин**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 281» г.о.Самара
_____Л.П.Михайлина

Режим дня средней группы на 2026-2027 уч. год

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непрерывная образовательная деятельность (включая 20 мин перерыв)	9.00 -10.00	40 мин + перерыв	9.00-9.20	20 мин
4	Игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность	10.00-10.30	30 мин	9.20-10.30	70 мин(1ч 10 мин)
5	Второй завтрак	10.30-10.40	10 мин	10.30-10.40	10 мин
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	10.40 – 12.00	80 мин (1ч 20мин)	10.40 – 12.00	80 мин (1ч 20мин)
7	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.30	30 мин	12.00 – 12.30	30 мин
8	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 - 15.00	150 мин (2ч 30мин)	12.30 - 15.00	150 мин (2ч 30мин)
9	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин
10	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50	20 мин	15.30 – 15.50	20 мин
11	Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.50 – 16.20	30 мин	15.50 – 16.10	20 мин
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16.20 –18.00	100 мин (1ч 40мин)	16.10 –18.10	120 мин (2ч 00мин)
13	Возвращение с прогулки, игры.	18.00 – 18.30	30 мин	18.10 – 18.30	20 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
15	Игры, уход детей домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
16	Итого:		720 мин (12ч 00мин)		720 мин (12ч 00мин)

Примечание:

Режимные моменты	**Холодный период**	**Тёплый период**
Продолжительность прогулок (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**180 мин (3ч мин)**	**210 мин (3ч. 30 мин)**
Продолжительность дневного сна (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**150 мин (2ч 30мин)**	**150 мин (2ч 30мин)**
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**I половина дня -20 мин/40 мин**	**20 мин/20мин**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 281» г.о.Самара
_____Л.П.Михайлина

Режим дня старшей группы на 2026-2027 уч. год

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, утренний круг	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непрерывная образовательная деятельность (включая перерыв 10 мин)	9.00 – 10.00	50 мин +перерыв	9.00 – 9.25	25 мин
5	Самостоятельная деятельность детей, игры, двигательная активность	10.00- 10.30.	30 мин.	9.25 -10.30	65 мин (1ч 05 мин)
6	Второй завтрак	10.30- 10.40	10 мин	10.30-10.40	10 мин.
7	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	10.40 - 12.10	90 мин (1ч 30мин)	10.40- 12.10	90 мин (1ч 30мин)
8	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.	12.10 – 12.40	30 мин	12.10 – 12.40	30 мин
9	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.40 - 15.10	150 мин (2ч 30мин)	12.40 - 15.10	130 мин (2ч 30мин)
10	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.10 – 15.30	20 мин	15.10 – 15.30	20 мин
11	Подготовка к полднику, полдник,	15.30 – 15.45	15 мин	15.30 – 15.45	15 мин
12	Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятию, вечерний круг	15.45-16.05	25мин	15.45-16.00	15 мин
13	Непрерывная образовательная деятельность	16.05-16.30	25 мин	-	-
14	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16.30 –18.10	100 мин (1ч 40мин)	16.00 –18.10	130 мин (2ч 10мин)
15	Возвращение с прогулки, игры.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
16	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
17	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
18	Итого:		720 мин (12ч 00мин)		720 мин (12ч 00мин)

Примечание:

Режимные моменты	**Холодный период**	**Тёплый период**
Продолжительность прогулок (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**190 мин (3ч 10 мин)**	**220 мин (3ч. 40 мин)**
Продолжительность дневного сна (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**150 мин (2ч 30мин)**	**150 мин (2ч 30мин)**
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**I половина дня -25 мин/50 мин II половина дня 25/25**	**25 мин/25мин**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 281» г.о.Самара
_____Л.П.Михайлина

Режим дня подготовительной к школе группы на 2026-2027 уч. год

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя Гимнастика, утренний круг	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)	7.00 – 8.30	90 мин (1ч 30мин)
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непрерывная образовательная деятельность (включая перерывы 10 мин)	9.00-11.10	90 мин + перерыв	9.00- 9.30	30 мин
4	Игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность	-	-	9.30-10.30	60 мин
5	Второй завтрак	10.30 – 10.40	10 мин.	10.30-10.40	10 мин.
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	11.10 - 12.20	70 мин (1ч 10 мин)	10.40 - 12.20	100 мин (1ч 40мин)
7	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.	12.20 – 12.50	30 мин	12.20 – 12.50	30 мин
8	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.50 - 15.10	150 мин (2ч 30мин)	12.50 - 15.10	150 мин (2ч 30мин)
9	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.10 – 15.30	20 мин	15.10 – 15.30	10 мин
10	Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.45	15 мин	15.30 – 15.45	15 мин
11	Игры, самостоятельная деятельность, вечерний круг	15.45 – 16.15	30 мин	15.45 -16.00	15 мин
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	16.15 –18.15	120 мин (2ч)	16.00 –18.10	130 мин (2ч 10мин)
13	Возвращение с прогулки, игры.	18.15 – 18.30	15 мин	18.10 – 18.30	20 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
15	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
16	Итого:		720 мин (12ч 00мин)		720 мин (12ч 00мин)

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**190 мин (3ч 10 мин)**	**230 мин (3ч. 50 мин)**
Продолжительность дневного сна (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**150 мин (2ч 30мин)**	**150 мин (2ч 30мин)**
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН 2.4.2.4283-26.)	**I половина дня -30 мин/90 мин**	**30 мин/30мин**