

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

Режим дня 1 младшей группы на 2025-2026 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 – 9.10, 9.40-9.50 9.20 – 9.30 10.00-10.10	I подгр. 10 мин +10 мин пер. II подгр. 10 мин	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	10.10-10.30	20 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	16.00 – 17.40	100 мин (1ч 40мин)	16.00 – 18.10	130 мин (2ч 10мин)
11	Возвращение с прогулки, игры самостоятельная деятельность.	17.40 – 18.30	50 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 раздел VI таблица 6.7.)	180 мин (3ч мин)	210 мин (3ч. 30 мин)
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел VI таблица 6.7.)	180 мин (3ч 00мин)	180 мин (3ч 00мин)
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН раздел VI таблица 6.6.)	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 2025-2026 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 раздел VI таблица 6.7.)	180 мин (3ч 00мин)	210 мин (3ч. 30 мин)
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел VI таблица 6.7.)	180 мин (3ч 00мин)	180 мин (3ч 00мин)
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН раздел VI таблица 6.6.)	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 2025-2026 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 раздел VI таблица 6.7.)	180 мин (3ч мин)	210 мин (3ч. 30 мин)
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел VI таблица 6.7.)	150 мин (2ч 30мин)	150 мин (2ч 30мин)
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН раздел VI таблица 6.6.)	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 2025-2026 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 раздел VI таблица 6.7.)	190 мин (3ч 10 мин)	220 мин (3ч. 40 мин)
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел VI таблица 6.7.)	150 мин (2ч 30мин)	150 мин (2ч 30мин)
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН раздел VI таблица 6.6.)	I половина дня -25 мин/50 мин II половина дня 25/25	25 мин/25мин

Режим дня подготовительной к школе группы на 2025-2026 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 раздел VI таблица 6.7.)	190 мин (3ч 10 мин)	230 мин (3ч. 50 мин)
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел VI таблица 6.7.)	150 мин (2ч 30мин)	150 мин (2ч 30мин)
Продолжительность НОД/ максимальный объём НОД (СанПиН раздел VI таблица 6.6.)	I половина дня -30 мин/90 мин	30 мин/30мин