

СОГЛАСОВАНО
Старший воспитатель
МДОУ-детский сад
«Лесная полянка»
 Л.П.Рогозина
31.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ-
детский сад «Лесная полянка»
Г.Е. Киршина
Приказ № 931-00 от 31.08.2026 г.


ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
МДОУ-детский сад «Лесная полянка»
Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

**Примерный режим дня
пребывания детей в дошкольном учреждении
на 2026-2027 учебный год**

**Режим дня в группе детей 2-3 лет.
Холодный период года.**

Время	Вид деятельности
7.30-8.05	Прием, осмотр, игры (игровая, коммуникативная деятельность)
8.05-8.10	Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)
8.10-8.25	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание)
8.25-8.45	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)
8.45-9.20	Непосредственно образовательная деятельность
9.20-9.50	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, восприятие художественной литературы и фольклора)
9.50-9.55	Второй завтрак (самообслуживание)
9.55-11.20	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
11.20-11.35	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
11.35-11.55	Подготовка к обеду, обед (самообслуживание)
11.55-12.00	Подготовка ко сну, туалет (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.00-15.00	Дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, гимнастика после сна (самообслуживание и элементы бытового труда, двигательная деятельность)
15.15-15.30	Полдник (самообслуживание)
15.30-15.40	Непосредственно образовательная деятельность, индивидуальная работа
15.40-17.15	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание и элементы бытового труда, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
17.15-17.30	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
17.30-17.50	Подготовка к ужину, ужин (самообслуживание)
17.50-19.30	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)

Режим дня в группе детей 3-4 лет.***Холодный период года.***

Время	Вид деятельности
7.30-8.05	Прием, осмотр, игры (игровая, коммуникативная деятельность)
8.05-8.10	Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)
8.10-8.30	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание)
8.30-9.00	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование, восприятие художественной литературы и фольклора)
9.00-9.40	Непосредственно образовательная деятельность
9.40-9.50	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
9.50-10.00	Второй завтрак (самообслуживание)
10.00-11.15	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
11.15-11.25	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
11.25-11.50	Подготовка к обеду, обед (самообслуживание)
11.50-12.00	Подготовка ко сну, туалет (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.00-15.00	Дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, гимнастика после сна (самообслуживание и элементы бытового труда, двигательная деятельность)
15.15-15.30	Непосредственно образовательная деятельность, индивидуальная работа
15.30-15.45	Полдник (самообслуживание)
15.45-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание и элементы бытового труда, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
17.30-17.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
17.40-18.00	Подготовка к ужину, ужин (самообслуживание)
18.00-19.30	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)

Режим дня в группе детей 4-5 лет.***Холодный период года.***

Время	Вид деятельности
7.30-8.15	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
8.15-8.20	Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)
8.20-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)
8.45-9.00	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)
9.00-9.50	Непосредственно образовательная деятельность
9.50-9.55	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, восприятие художественной литературы и фольклора)
9.55-10.05	Второй завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)

10.05-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
11.30-11.40	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
11.40-12.05	Подготовка к обеду, обед (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.05-12.15	Подготовка ко сну, туалет (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.15-15.00	Дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, гимнастика после сна (самообслуживание и элементы бытового труда, двигательная деятельность)
15.15-15.30	Полдник (самообслуживание и элементы бытового труда)
15.30-15.40	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
15.40-16.00	Непосредственно образовательная деятельность, индивидуальная работа
16.00-17.40	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание и элементы бытового труда, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
17.40-17.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
17.50-18.10	Подготовка к ужину, ужин (самообслуживание и элементы бытового труда)
18.10-19.30	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)

Режим дня в группе детей 5-6 лет.

Холодный период года.

Время	Вид деятельности
7.30-8.25	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
8.25-8.30	Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)
8.30-8.45	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)
8.45-9.00	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование, восприятие художественной литературы и фольклора)
9.00-9.55	Непосредственно образовательная деятельность
9.55-10.10	Самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
10.10-10.20	Второй завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)
10.20-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
11.40-12.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.00-12.25	Подготовка к обеду, обед (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.25-12.30	Подготовка ко сну, туалет (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.30-15.00	Дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, гимнастика после сна (самообслуживание и элементы бытового труда, двигательная деятельность)
15.15-15.40	Непосредственно образовательная деятельность, индивидуальная работа
15.40-15.55	Полдник (самообслуживание и элементы бытового труда)

15.55-17.40	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание и элементы бытового труда, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
17.40-18.00	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
18.00-18.15	Подготовка к ужину, ужин (самообслуживание и элементы бытового труда)
18.15-19.30	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)

**Режим дня в группе детей 6-7 лет.
Холодный период года.**

Время	Вид деятельности
7.30-8.35	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение (игровая, коммуникативная деятельность)
8.35-8.40	Утренняя гимнастика (двигательная деятельность)
8.40-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)
9.00-10.10	Непосредственно образовательная деятельность
10.10-10.20	Второй завтрак (самообслуживание и элементы бытового труда)
10.20-12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
12.00-12.10	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.10-12.35	Подготовка к обеду, обед (самообслуживание)
12.35-12.40	Подготовка ко сну, туалет (самообслуживание и элементы бытового труда)
12.40-15.00	Дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъем, гимнастика после сна (самообслуживание и элементы бытового труда, двигательная деятельность)
15.15-15.45	Непосредственно образовательная деятельность, индивидуальная работа
15.45-16.00	Полдник (самообслуживание и элементы бытового труда)
16.00-17.55	Подготовка к прогулке, прогулка (самообслуживание и элементы бытового труда, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, двигательная деятельность)
17.55-18.05	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры (самообслуживание и элементы бытового труда)
18.05-18.20	Подготовка к ужину, ужин (самообслуживание и элементы бытового труда)
18.20-19.30	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой (игровая, коммуникативная деятельность, конструирование)

Режим дня для детей разного возраста при 12-часовом пребывании в образовательной организации, составленные с учетом Гигиенических нормативов, СанПиН по питанию. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397194

Владелец Киршина Галина Евгеньевна

Действителен с 09.07.2026 по 09.07.2027