

Принято на
педагогическом совете № 1
от «29» августа 2025 г.

Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад № 108»
Анхимова Е. А.



Режим дня на холодный период 2025 – 2026 учебный год (общеобразовательные группы)

Режимные моменты	Возрастные группы	
	Группа раннего возраста № 4 (2 – 3 года)	Средняя группа № 7 (4 – 5 лет)
Приём детей. Совместная деятельность взрослого и детей (игры, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми), самостоятельная деятельность, двигательная деятельность детей	07:30 – 08:00	07:30 – 08:10
Утренняя (двигательная) зарядка	08:00 – 08:10	08:10 – 08:20
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры) завтрак	08:10 – 08:40	08:20 – 08:50
Самостоятельная деятельность детей, игры, минутки безопасности, двигательная деятельность, индивидуальная работа с детьми, подготовка к занятиям	08:40 – 09:00	08:50 – 09:00
Занятия (групповые, подгрупповые) с включением минуток здоровья (физминутка, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика), в перерыве между занятиями - двигательная гимнастика	09:00 – 09:10	09:00 – 09:20
	09:20 – 09:30	09:30 – 09:50
	09:30 – 09:35	09:50 – 10:00
Второй завтрак	09:35 – 11:15	10:00 – 11:50
Подготовка к прогулке, прогулка (минутки безопасности, наблюдения, подвижные игры, двигательные (спортивные) упражнения, элементарный труд, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная и двигательная деятельность детей)	11:15 – 11:35	11:50 – 12:10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	11:35 – 12:00	12:10 – 12:40
Обед	12:00 – 15:00	12:40 – 15:10
Дневной сон	15:00 – 15:15	15:10 – 15:20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, минутки безопасности	15:15 – 15:30	15:20 – 15:35
Подготовка к полднику (гигиенические процедуры), полдник	15:30 – 16:10	15:35 – 16:10
Образовательная деятельность (подготовка),	16:30 – 17:00	
Совместная с воспитателем (специалистами) деятельность, игры, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность, двигательная деятельность детей	16:10 – 16:30	16:10 – 16:25
Подготовка к ужину (гигиенические процедуры), ужин	17:00 – 17:30	16:25 – 16:40
Взаимодействие с родителями		16:40 – 17:30
Подготовка к прогулке, прогулка (минутки безопасности, наблюдения, подвижные игры, двигательные (спортивные) упражнения, элементарный труд, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная и двигательная деятельность детей)	-	
Уход домой детей (прогулка)	17:30 – 18:00	17:30 – 18:00