

ПРИНЯТО:  
на Педагогическом совете  
МБ ДОУ Починковского  
детского сада № 3  
протокол от 15.07.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
заведующего МБ ДОУ Починковского  
детского сада № 3  
И.Ю. Сбитыевой  
от 15.07.2025 г. № 141

**Режим дня на холодный период (с 01.09.2025 по 31.05.2026 учебный год)**

Режимные моменты	1 группа раннего возраста 1,5-2 года	2 группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная к школе группа 6-7 лет № 1	Подготовительная к школе группа 6-7 лет № 2
Приход детей в детский сад, прием и осмотр в группе, свободная игра, самостоятельная деятельность,	7.00-8.00	7.00 – 8.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.07	7.00-8.17	7.00-8.29
	1 ч.	1 ч	1 ч	1 ч. 00 мин	1 ч. 07 мин	1 ч. 27 мин	1 ч. 29 мин
Утренняя гимнастика	8.00-8.05	8.00-8.05 группа	8.00-8.05 Группа	8.00-8.06 зал	8.07-8.16 зал	8.27-8.38 зал	8.29-8.40 зал
	5 мин	5 мин	5 мин	6 мин	9 мин	11 мин	11 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.30	8.05-8.30	8.05-8.25	8.06-8.36	8.16 -8.40	8.28-8.50	8.40-8.55
	25 мин	25 мин	20 мин	30 мин	24 мин	22 мин	16 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	8.30-9.00	Пн. Ср. Пт. 8.30 – 9.00 Вт. Чт. 8.30 – 8.40	Пн. Ср. 8.25 – 8.40 Вт. Чт. Пт. 8.25 – 9.00	Пн. Ср. 8.36-9.05 Вт. Чт. Пт. 8.36 -9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.55- 9.00
	30 мин	Пн. Ср. Пт. 30 мин Вт. Чт.- 10 мин	Пн. Ср. - 15 мин Вт. Чт. Пт. 35 мин	Пн. Ср. 29 мин. Вт. Чт. Пт. 24 мин	20 мин	10 мин	5 мин
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.00-9.08	Пн. Ср. Пт. 9.00 – 9.10 Вт. Чт. 8.40 – 8.50	Пн. Ср. 8.40 – 8.55 Вт. Чт. Пт. 9.00 – 9.15	Пн. Ср. 9.05-9.25 Вт. Чт. Пт. 9.00 -9.20	9.00-9.25	9.00-9.30	9.00-9.30
	8 мин	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин	30 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	9.08-9.20	Пн. Ср. Пт. 9.10 – 9.20 Вт. Чт.	Пн. Ср. 8.55 – 9.05 Вт. Чт. Пт.	Пн. Ср. 9.25-9.35 Вт. Чт. Пт.	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.25 – 9.35	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.30 - 9.40	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.30-9.40



		8.50 – 9.00	9.15 – 9.25	9.20 -9.30			
	12 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.20-9.28	Пн. Ср. Пт. 9.20 – 9.30 Вт. Чт. 9.00 – 9.10	Пн. Ср. 9.05 – 9.20 Вт. Чт. Пт. 9.25 -9.40	Пн. Ср. 9.35-9.55 Вт. Чт. Пт. 9.30 -9.50	Пн. Вт. Ср. Чт. 9.35 – 10.00 Пт. 10.10 – 10.35	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 09.40 – 10.10	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.40-10.10
	8 мин	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин	30 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	-	Вт. Чт. 9.10 - 9.30	Пн. Ср. 9.20 – 9.45 Пт. 9.40 – 9.45	-	-	Вт. 10.20 – 10.45 Пт. 10.20 – 10.45	-
	-	20 мин	Пн. Ср. - 25 мин Вт. Чт. Пт. 5 мин	-	-	Вт. Пт. 25 мин	-
Второй завтрак	9.28-9.30	9.30 – 9.40	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.45 -9.55	Вт. Чт. Пт. 9.50 – 10.00 Пн. Ср. 9.55 - 10.05	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20	10.10-10.20
	12 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД	-	-	-	-	Пт. 9.25 -10.00	Вт. Пт. 10.20 – 10.45	Пн. Ср. 10.20 – 11.00 Вт. 10.20 – 11.25 Чт. 10.20 – 10.45 Пт. 10.50 – 11.15
	-	-	-	-	Пт. - 35 мин	Вт. Пт. – 25 мин	Пн. Ср. - 30 мин Вт. 1 ч. 05 мин Чт. Пт. 25 мин
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	-				Пн. Вт. Ср. Чт. 10.10 – 10.35	Пн. Ср. Чт. 10.20 -10.50 Вт. 10.45 -11.15 Чт. (игры с психологом) 10.20 – 10.50 Пт. 10.45 – 11.15 Чт. 11.25 – 11.55	Пн. 11.00 -11.30 Вт. 11.25 -11.55 Ср. 11.00 -11.30 Чт. 10.45 – 11.15 Пт. 10.20 – 10.50 (игры с психологом) Пт. 11.25 – 11.55



	-				25 мин	30 мин	30 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей,	9.30-10.00	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.40 – 10.00	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 9.55 – 10.10		Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 10.35-10.50	Чт. 10.50 – 11.25	Пт. 10.50 – 11.15
	30 мин	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. - 20 мин	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 15 мин		Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. - 15 мин	Чт. – 35 мин	Пт. – 35 мин
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд)	10.00-11.15	10.00 – 11.30	10.10 -12.05	Пн. Ср. 10.05 - 12.15 Вт. Чт. Пт. 10.00 -12.15	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 10.50 – 12.30	Пн. Ср. 10.50-12.40 Вт. 11.15-12.40 Чт. 11.55 – 12.40 Пт.-11.15 -12.40	Пн. Ср. 11.30 - 12.40 Вт. 11.55 – 12.40 Чт.11.15 – 12.40 Пт. 11.45 -12.40
	1ч 15мин	1 ч. 30 мин	2 ч.05 мин	Пн. Ср. 2 ч. 10 мин Вт. Чт. Пт. 2 ч.15 мин	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 2 ч. 05 мин	Пн. Ср. 1 ч. 50 мин Вт. 1 ч. 25 мин Ср. 1 ч. 50 мин Чт. 45 мин Пт.-1 ч. 25 мин	Пн. Ср. 1 ч. 10 мин Вт. 45 мин Чт.1 ч. 25 мин Пт. 55 мин
Возвращение с прогулки самостоятельная деятельность гигиенические процедуры	11.15-11.30	11.30-11.55	12.05 – 12.20	12.15-12.30	12.30-12.40	12.40 – 12 50	12.40-12.50
	15 мин	25 мин	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к обеду, обед.	11.30-12.00	11.55-12.30	12.20-12.50	12.30-13.00	12.40-13.10	12.50 – 13 15	12.50-13.15
	30 мин	35 мин	30 мин	30 мин	30 мин	25 мин	25 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15 – 15.00	13.15-15.00
	3ч	2 ч.30 мин	2 ч.10 мин	2 ч.	1 ч.50 мин	1ч.45 мин	1ч.45 мин
Постепенный подъём, Гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Полдник	15.15-15.25	15.15-15.30	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15 – 15.25	15.15-15.25
	10 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Игры, самостоятельная и организованная детская	15.25-16.00	15.30-16.00	15.25-16.00	15.25-16.00	15.25-16.00	15.25-16.00	15.25-16.00



деятельность	35 мин	30 мин	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой.	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
	1 ч 30 мин	1 ч.30 мин	1 ч.30 мин	1 ч.30 мин	1 ч.30 мин	1 ч.30 мин	1 ч.30 мин
сон	3 ч	2 ч.30 мин	2 ч.10 мин	2 ч.00 мин	1 ч.50 мин	1ч. 45 мин	1ч. 45 мин
ПРОГУЛКА	2 ч. 45 мин	3 ч	3 ч 35 мин	Пн. Ср. 3 ч 40 мин Вт. Чт. Пт. 3 ч. 45 мин	Пн. Ср. 3 ч.20 мин Вт.2 ч. 55 мин Чт. 2 ч. 15 мин Пт. 2 ч.55 мин	3 ч. 45 мин	Пн. Ср. 2 ч. 40 мин Вт. 2 ч.15 мин Чт.2 ч. 55 мин Пт. 2 ч.25 мин
ООД	16 мин	20 мин Вт.- 30 мин	30 мин Вт. 45 мин	40 мин	Пт. - 50 мин Пн. Вт. Ср. Чт. 1 ч.15 мин	Пн. Вт. Ср. Пт. 1ч. 30 мин Чт. - 2 ч	Пн. Вт. Ср. Чт. 1ч. 30 мин Пт. - 2ч
СД	4 ч 39 мин	Пн. Ср. Пт. 2 ч 55 мин Вт. Чт.- 2 ч. 55 мин	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт. 3 ч 25 мин	Пн. Ср. 2 ч. 29 мин Вт. Чт. Пт. 2 ч. 29 мин	Пн. Ср. 2 ч. 32 мин Вт. Пт. 3ч. 02 мин Чт. 2 ч. 57 мин	Пн.- 3 ч.22 мин Вт.-3 ч.02 мин Ср. Чт. 2 ч.22 мин Пт. - 2 ч. 52 мин	Пн.- 3 ч. 19 мин Вт. 3 ч. 14 мин Ср. 3 ч. 09 мин Чт. 2 ч. 54 мин Пт. 3ч. 04 мин



**Режим дня на теплый период (с 01.06.2025 г. - 31.08.2026 г.)**

Режимные моменты	1 группа раннего возраста  1,5-2 года	2 группа раннего возраста  2-3 года	Младшая группа  3-4 года	Средняя группа  4-5 лет	Старшая группа  5-6 лет	Подготови- тельная группа  6-7 лет
Приход детей в детский сад	В групповом помещении группы раннего возраста	В групповом помещении группы раннего возраста	На прогулочной площадке младшей группы	На прогулочной площадке средней группы	На прогулочной площадке старшей группы	На прогулочной площадке подготов. группы
	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
	1ч 10 мин	1ч 10 мин	1ч 10 мин	1ч 10 мин	1ч 10 мин	1ч 10 мин
утренняя гимнастика	8.10-8.15	8.10-8.15	8.10-8.15	8.10-8.16	8.10-8.20	8.10-8.20
	5 мин	5 мин	5 мин	6 мин	10 мин	10 мин
свободная игра, самостоятельная деятельность	8.15-8.25	8.15-8.25	8.15-8.25	8.16-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
	10 мин	10 мин	10 мин	14 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.45
	25 мин	25 мин	20 мин	10 мин	15 мин	15 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00	8.50-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
	10 мин	10 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные ванны	9.00-11.00	9.00-11.00	9.00-11.45	9.00-12.00	9.00-12.10	9.00-12.25
	2 ч	2 ч	2 ч 45 мин	3 ч	3ч.10 мин	3 ч 25 мин
Второй завтрак (дополнительно)	9.30-9.40	9.30-9.40	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Возвращение с прогулки гигиенические процедуры, обед	11.00-11.50	11.00-11.50	11.45 - 12.30	12.00-12.50	12.10-12.55	12.25-13.00
	50 мин	50 мин	45 мин	50 мин	45 мин	35 мин
Подготовка ко сну, дневной сон	11.50-15.00	11.50-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00
	3ч.10 мин	3ч10мин	2ч.30 мин	2ч10 мин	2ч.5 мин	2ч
Постепенный подъем, коррегирующая гимнастика, гигиенические	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
	20 мин	20 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин