

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
г. Мурманска № 89

Принято на заседании  
педагогического совета  
от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 89  
Н.Ю. Позднеева  
31.08.2023 Приказ № 273

**РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ**  
в общеобразовательных группах  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения г. Мурманска № 89  
на 2023 – 2024 учебный год

Режим дня детей в МБДОУ г. Мурманска № 89  
в группе раннего возраста

Содержание	Время
<b>Первый период (холодный период)</b>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00
Занятия в игровой форме	9.00-9.10
	9.20-9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.30-9.45
Второй завтрак	9.45-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.10-11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-15.55
Подготовка к полднику, полдник	15.55-16.15
Культурные практики, совместные проекты, события	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.45-19.00
Уход детей домой	до 19.00
<b>Второй период реализации Программы /Теплый период года</b>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45-9.15
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.15.-9.25
	9.35-9.45
Второй завтрак	9.45-9.55
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.55-10.25
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	10.25-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40
Культурные практики, совместные проекты, события	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-19.00
Уход детей домой	До 19.00

Режим дня детей в ДОУ  
в младшей группе

Содержание	Время
<b>Первый период реализации Программы /Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.15
Завтрак	8.15-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-8.55
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	8.55-9.35
Второй завтрак	9.35–10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.40
Обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, сон,	12.10-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Занятия (при необходимости)	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.15
Полдник	16.15-16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	до 19.00
<b>Второй период реализации Программы /Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.50
Завтрак	8.50-9.10
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	9.10-9.25
Игры, самостоятельная деятельность	9.25-9.45
Второй завтрак	9.45-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	10.00-11.50
Обед	11.50-12.20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.20-15.25
Полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.20-19.00
Уход домой	до 19.00

Режим дня детей в ДОУ  
в средней группе

Содержание	Время
<b>Первый период реализации Программы /Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20
Завтрак	8.20-8.40
Игры, подготовка к занятиям	08.40-9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15-10.05
Второй завтрак	10.05-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон,	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Занятия (при необходимости)	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.10
Полдник	16.10-16.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.30-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.50-19.00
Уход домой	до 19.00
<b>Второй период реализации Программы /Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.55
Завтрак	8.55-9.15
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	9.15-9.35
Игры, самостоятельная деятельность	9.35-9.55
Второй завтрак	9.55-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	10.10-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-19.00
Уход домой	до 19.00

Режим дня детей в ДОУ  
в старшей группе

Содержание	Время
<b>Первый период реализации Программы /Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.20
Завтрак	8.20-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40-9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15-10.05
Второй завтрак	10.05-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-12.00
Обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон,	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Занятия (при необходимости)	15.30-15.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.25
Полдник	16.25-16.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	7.00-8.20
<b>Второй период реализации Программы /Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.55
Завтрак	8.55-9.20
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	9.20-9.40
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-9.55
Второй завтрак	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	10.05-12.20
Обед	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-19.00
Уход домой	до 19.00

Режим дня детей в ДОУ  
в подготовительной к школе группе

Содержание	Время
<b>Первый период реализации Программы /Холодный период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.30
Завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
Второй завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, сон,	12.30-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.00-15.30
Занятия (при необходимости)	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.30
Полдник	16.30-16.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-19.00
Уход домой	до 19.00
<b>Второй период реализации Программы /Теплый период года</b>	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-9.00
Завтрак	9.00-9.20
Занятие (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	9.20-9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	10.15-12.30
Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-19.00
Уход домой	до 19.00