

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Детский сад с. Октябрьское» Томского
района
Величко С.П.
09 августа 2025г.



Режим и распорядок дня МБДОУ «Детский сад с. Октябрьское» на 2025– 2026 учебный год

Режим дня в группах раннего и дошкольного возраста рассчитан на 12 часовое пребывание детей в Организации и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями детей, обеспечивает их хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе.

В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Детский сад с. Октябрьское» Тамского района
Волнико С.П.
от 29 августа 2025г.

Режим дня в группе детей от 1,5-х до 3-х лет

Содержание	Время
Первый период (холодный период)	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.10
Занятия в игровой форме	9.10-9.20
	9.30-9.40
Подготовка к прогулке (второй завтрак, навыки самообслуживания), прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.50-11.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 -12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.10
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.20-17.20
Возвращение с прогулки, игры	17.20-18.00
Подготовка к ужину, ужин	18.00-18.20
Самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.20-19.30
Второй период реализации Программы /Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.30-8.20
Утренняя гимнастика на прогулочной площадке	8.20-8.30
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к совместной деятельности педагога с детьми	9.00-9.20
Совместная деятельность педагога с детьми	9.20-9.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.30-9.50
Подготовка к прогулке (второй завтрак), прогулка	9.50-11.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, Совместная деятельность педагога с детьми.	15.40-17.30 16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка,	16.20-17.30
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к ужину	17.30-18.00
Ужин	18.00-18.20
Уход детей домой	до 19.30

Утверждено
Заседующий МБДОУ
«Детский сад с. Октябрьское» Томского района
Белицкий С.П.
от 29 августа 2025г.

**Режим дня на 2025-2026 учебный год
Вторая младшая группа (3-4 года)**

Содержание	Время
Первый период (холодный период)	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика(не менее 10 минут), утренний круг	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.10
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10 - 9.50 (с учётом перерыва 10-15 минут)
Подготовка к прогулке (второй завтрак, навыки самообслуживания), прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.50-11.40
Возвращение с прогулки	11.40-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Занятия (при необходимости)	15.50-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.30
Возвращение с прогулки, игры	17.30-18.10
Подготовка к ужину, ужин	18.10-18.30
Игры, уход домой	18.30-19.30

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Детский сад с. Октябрьское» Томского района
Величко С.П.
от 09 августа 2025г.



**Режим дня на 2025-2026 учебный год
Средняя группа (4-5 лет)**

Содержание	Время
Первый период (холодный период)	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика(не менее 10 минут), утренний круг	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.10 (с учётом перерыва 10-30 минут)
Подготовка к прогулке (второй завтрак, навыки самообслуживания), прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.40-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Занятия (при необходимости)	15.50-16.10
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.45
Возвращение с прогулки, игры	17.45-18.15
Подготовка к ужину, ужин	18.15-18.30
Игры, уход домой	18.30-19.30

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Детский сад с. Октябрьское» Томского района
Величко С.П.
от 29 августа 2025г.



**Режим дня на 2025-2026 учебный год
Старшая группа (5-6 лет)**

Содержание	Время
Первый период (холодный период)	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика(не менее 10 минут), утренний круг	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.30 (с учётом перерыва 15-50 минут)
Подготовка к прогулке (второй завтрак, навыки самообслуживания), прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30-12.20
Возвращение с прогулки	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Занятия (при необходимости)	15.50-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.50
Возвращение с прогулки, игры	17.50-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.35
Игры, уход домой	18.35-19.30

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Октябрьское» Томского района
Величко С.П.
от 29 августа 2025г.



**Режим дня на 2025-2026 учебный год
Подготовительная группа (6-7 лет)**

Содержание	Время
Первый период (холодный период)	
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика(не менее 10 минут), утренний круг	7.30-8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45-9.00
Игры, подготовка к занятиям	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
Подготовка к прогулке (второй завтрак, навыки самообслуживания), прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50-12.40
Возвращение с прогулки	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50-13.05
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.05-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Занятия (при необходимости)	15.50-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.50
Возвращение с прогулки, игры	17.50-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20-18.35
Игры, уход домой	18.35-19.30