

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №190»
протокол от «24» августа 2026 №1

УТВЕРЖДЕН
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №190»
Н.Г. Разгон
от «24» августа 2026 № 10-ос

РЕЖИМ ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА
Группа №4, №2 (смешанная младшая, младшая группа)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	07.00-07.55
2.	Утренняя гимнастика	08.00 – 08.10
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.10-08.20
4.	Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей	08.20-09.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры)	09.30-11.30
6.	Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-11.40
7.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 -15.30
9.	Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.20-15.30
10.	Полдник	15.30-15.40
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.40-17.30
12.	Подготовка к ужину, ужин	17.30-18.00
13.	Игры, прогулка, уход детей домой	18.00-19.00

Группа №8 (младшая группа)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.00
2.	Утренняя гимнастика	08.00-08.10
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 -08.30
4.	Игры под руководством педагога, самостоятельная деятельность детей	08.30-09.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры)	09.30-11.30
6.	Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30-11.40
7.	Подготовка к обеду, обед	11.40-12.20
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.30
9.	Постепенный подъем, воздушные процедуры,	15.20-15.40

	самостоятельная деятельность	
10.	Полдник	15.40-15.50
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.50-17.40
12.	Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.10
13.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.40-19.00

Группа №3, №12 (средняя группа)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10-08.20
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.40
4.	Игры, самостоятельная деятельность детей	08.40-09.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры)	09.30-11.50
6.	Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.50-12.00
7.	Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.30
9.	Постепенный подъем, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.40
10.	Полдник	15.40-15.50
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.50-17.40
12.	Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.10
13.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.10-19.00

Группа №10, №11 (старшая группа)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50-09.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры)	09.30-12.00
6.	Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.10
7.	Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.30
9.	Постепенный подъем, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.40
10.	Полдник	15.40-15.50

11.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.50-17.40
12.	Подготовка к ужину, ужин	17.40-18.10
13.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.10-19.00

Группа №6, №7 (подготовительная группа)

№	Режимный момент	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, свободная игра, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
2.	Утренняя гимнастика	08.20-08.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.30-08.50
4.	Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50-09.30
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры)	09.30-12.00
6.	Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.00-12.20
7.	Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.30
9.	Постепенный подъем, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.40
10.	Полдник	15.40-15.50
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	15.50-17.45
12.	Подготовка к ужину, ужин	17.45-18.15
13.	Самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.15-19.00