

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.



## РЕЖИМ ДНЯ

в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном  
учреждении Детский сад №3 «Теремок»  
п. Красная Горбатка Селивановского района  
Владимирской области

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ 2-ая группа раннего возраста (от 1.5 до 2х лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-7.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30-9.00
Игры – занятия по подгруппам	9.00-9.07 9.10-9.17
Самостоятельная деятельность, игры, второй завтрак	9.20-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20-11.40
Обед	11.40-12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.40-16.00
Игры – занятия по подгруппам	16.00-16.07 16.10-16.17
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.20-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности во **2-ой группе раннего возраста** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность игры-занятия для детей от 1.5 до 2х лет **не более 10 минут**,
- допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и вторую половину дня,
- допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 1,5 до 2х лет **не более 20 минут**,
- продолжительность дневного сна **не менее 3х часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ 1-ая младшая группа (от 2х до 3х лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-7.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30-9.00
Игры – занятия	9.00-9.10
Самостоятельная деятельность, игры, второй завтрак	9.10-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.45
Обед	11.45-12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.40-16.00
Игры – занятия	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.10-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности во **1-ой младшей группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность игры-занятия для детей от 2х до 3х лет **не более 10 минут**,
- допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и вторую половину дня,
- допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 2х до 3х лет **не более 20 минут**,
- продолжительность дневного сна **не менее 3х часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ 2-ая младшая группа (от 3х до 4х лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры по интересам, индивидуальная работа	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.40
Самостоятельная деятельность, игры, второй завтрак	9.40-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-11.40
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.40-11.55
Обед	11.55-12.10
Подготовка ко сну, сон	12.10-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.40-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	15.55-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности в **2-ой младшей группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность ООД для детей от 3х до 4х лет **не более 15 минут**,
- допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и вторую половину дня,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 3х до 4х лет **не более 30 минут**,
- продолжительность перерывов между ООД **не менее 10 минут**,
- продолжительность дневного сна детей до 3х лет **не менее 3х часов**, для детей от 4х лет **2,5 часа**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ Средняя группа (от 4х до 5ти лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30
Игры по интересам, индивидуальная работа	8.30-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.50
Самостоятельная деятельность, игры, второй завтрак	9.50-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.50
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50-12.05
Обед	12.05-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.10-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности в **средней группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность ОД для детей от 4х до 5ти лет **не более 20 минут**,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 4х до 5ти лет **не более 40 минут**,
- продолжительность перерывов между ОД **не менее 10 минут**.
- продолжительность дневного сна **не менее 2,5 часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ Старшая группа (от 5ти до 6ти лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40
Игры по интересам, индивидуальная работа	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.00
Самостоятельная деятельность, игры, второй завтрак	10.00-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20-12.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.15
Обед	12.15-12.35
Подготовка ко сну, сон	12.35-15.00
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Организованная образовательная деятельность	15.40-16.05
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	16.05-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.20-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности в **старшей группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность ОД для детей от 5ти до 6ти лет **не более 25 минут**,  
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 5ти до 6ти лет **не более 50 минут (75 минут при организации 1 занятия после дневного сна)**,

- продолжительность перерывов между ОД **не менее 10 минут**.
- продолжительность дневного сна **не менее 2,5 часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ Подготовительная группа (от 6ти до 7ми лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Игры по интересам, индивидуальная работа	8.45-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.50
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа	10.50-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.25-12.35
Обед	12.35-12.50
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.20
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.50-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.00-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности в **подготовительной группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность ООД для детей от 6ти до 7ми лет **не более 30 минут**,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 6ти до 7ми лет **не более 90 минут**,
- продолжительность перерывов между ООД **не менее 10 минут**.
- продолжительность дневного сна **не менее 2,5 часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка  
\_\_\_\_\_ О.П. Яровая  
Приказ № 175 от «11» августа 2025г.

## РЕЖИМ ДНЯ

### Логопедическая группа (от 6ти до 7ми лет)

Режимные процессы	Время
Приём, осмотр, самостоятельная игровая деятельность	7.30-8.30
Утренняя гимнастика	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.50
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа	10.50-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.25-12.35
Обед	12.35-12.50
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.20
Постепенный подъём, воздушные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50
Самостоятельная деятельность детей, игры, чтение художественной литературы	15.50-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.00-17.30

Режим дня и организация образовательной деятельности в **логопедической группе** осуществляется в соответствии СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 21.08.2021:

- продолжительность ОД для детей от 6ти до 7ми лет **не более 30 минут**,
- продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей от 6ти до 7ми лет **не более 90 минут**,
- продолжительность перерывов между ОД **не менее 10 минут**.
- продолжительность дневного сна **не менее 2,5 часов**,
- продолжительность прогулок **не менее 3х часов**,
- продолжительность утренней зарядки **не менее 10 минут**,
- суммарный объём двигательной активности **не менее 1 часа**.