

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Теремок» Боковского района

Приложение №4
к годовому плану работы МБДОУ
детский сад «Теремок» Боковского района

**Режим дня
(холодный и теплый период)
2025-2026 учебный год**

2025 г.

Режим дня для детей от 2 лет до 3 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	7:30–8:05
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:05–8:15
Подготовка к завтраку, завтрак	8:15–8:40
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	8:40–8:50
	9:00–9:10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, физкультурные минутки и другое)	9:10–9:40
Второй завтрак	9:40–9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9:50–11:00
Самостоятельная деятельность детей	11:00–11:20
Подготовка к обеду, обед	11:20–11:50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	11:50–15:20
Подготовка к полднику, полдник	15:20–15:40
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	15:40–15:50
	16:00–16:10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность, физкультурные минутки и другое)	16:10–16:30
Игры, самостоятельная деятельность детей	16:30–16:45
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность, самостоятельная деятельность детей, игры и другое), уход детей домой	16:45–18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:30
Подготовка к прогулке, прогулка	8:30–8:50
Развивающие игры, продуктивная деятельность, дидактические игры, физкультурные минутки детей во время прогулки	8:50–9:25
Второй завтрак	9:25–9:40
Подготовка к прогулке, прогулка	9:40–9:50
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	9:50–10:10
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:10–11:20
Подготовка к обеду, обед	11:20–11:50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	11:50–15:20
Подготовка к полднику, полдник	15:20–15:40
Подготовка к прогулке, прогулка	15:40–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход детей домой	16:30–18:00

Режим дня для детей от 3 до 4 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8:50–9:00
Занятие 1	9:00–9:15
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:15–9:25
Занятие 2	9:25–9:40
Второй завтрак	9:40–9:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9:50–11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50–12:20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:20–15:05
Подготовка к полднику, полдник	15:05–15:20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:20–15:50
Самостоятельная деятельность детей	15:50–16:20
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:20–18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:30
Подготовка к прогулке, прогулка	8:30–8:50
Развивающие игры, продуктивная деятельность, дидактические игры, физкультурные минутки детей во время прогулки	8:50–9:30
Второй завтрак	9:30–9:40
Подготовка к прогулке, прогулка	9:40–9:50
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	9:50–10:10
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:10–11:50
Подготовка к обеду, обед	11:50–12:20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:20–15:05
Подготовка к полднику, полдник	15:05–15:20
Подготовка к прогулке, прогулка	15:20–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:30–18:00

Режим дня для детей от 5 до 6 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:35
Занятие 1	8:45–9:10
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9:10–9:30/10:00
Занятие 2	9:30–9:50
Второй завтрак	9:50–10:00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:00–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:50–15:05
Подготовка к полднику, полдник	15:05–15:20
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:20–15:30
Занятие 3	15:30–15:55
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	15:55–18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:30
Подготовка к прогулке, прогулка	8:30–8:50
Развивающие игры, продуктивная деятельность, дидактические игры, физкультурные минутки детей во время прогулки	8:50–9:35
Второй завтрак	9:35–9:45
Подготовка к прогулке, прогулка	9:45–9:55
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	9:55–10:20
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:20–12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00–12:35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:35–14:50
Подготовка к полднику, полдник	14:50–15:10
Подготовка к прогулке, прогулка	15:10–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:30–18:00

Режим дня для детей от 6 до 7 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:00
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:00–8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:10–8:45
Занятие 1	8:45–9:15
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки) Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9:15–9:25/10:05
Занятие 2	9:25–9:55
Второй завтрак	9:55–10:05
Занятие 3	10:05–10:35/ 15:20–15:50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:35–12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10–12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40–14:55
Подготовка к полднику, полдник	14:55–15:10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:10–15:20
Занятие 3	15:20–15:50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	15:50–18:00
Теплый период года	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:40
Подготовка к прогулке, прогулка	8:40–8:50
Развивающие игры, продуктивная деятельность, дидактические игры, физкультурные минутки детей во время прогулки	8:50–9:45
Второй завтрак	9:45–9:55
Подготовка к прогулке, прогулка	9:55–10:00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10:00–10:30
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	10:30–12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10–12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40–14:55
Подготовка к полднику, полдник	14:55–15:10
Подготовка к прогулке, прогулка	15:10–16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00–16:30
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	16:30–18:00

Режим дня для детей разновозрастной группы

Содержание	Время	
	3-4 года 4-5 лет	5-6 лет 6-7 лет
Холодный период года		
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:10	7:30–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50	8:20–8:50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8:50–9:20	8:50–9:20
Занятие 1	9:20-9:35/40	9:20–9:45/50
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:35/40–9:50	9:45/50–10:00
Занятие 2	9:50-10:05/10	10:00-10:25/30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:05/10-10:20	10:25/30-10:40
Второй завтрак	10:20-10:30	10:30-10:40
Занятие 3	-	10:40-11:05/10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:30-12:20	11:05/10-12:20
Подготовка к обеду, обед	12:20-13:00	12:20-13:00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	13:00-15:15	13:00-15:15
Подготовка к полднику, полдник	15:15-15:35	15:15-15:35
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	15:35-16:00	15:35-16:00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16:00-16:30	16:00-16:30
Теплый период года		
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	7:30–8:10	7:30–8:10
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:10–8:20	8:10–8:20
Подготовка к завтраку, завтрак	8:20–8:50	8:20–8:50
Подготовка к прогулке, прогулка	8:50–9:00	8:50–9:00
Развивающие игры, продуктивная деятельность, дидактические игры, физкультурные минутки детей во время прогулки	9:00–10:20	9:00–10:20
Второй завтрак	10:20-10:30	10:20-10:30
Подготовка к прогулке, прогулка	10:30-10:40	10:30-10:40
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10:40–11:00	10:40–11:10
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки, возвращение с прогулки	11:00–12:15	11:10–12:15
Подготовка к обеду, обед	12:15–12:50	12:15–12:50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:50–15:15	12:50–15:15
Подготовка к полднику, полдник	15:15–15:45	15:15–15:45
Подготовка к прогулке, прогулка	15:45-16:00	15:45-16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	16:00-16:30	16:00-16:30
Самостоятельная деятельность детей, игры, уход домой	16:00-16:30	16:00-16:30