

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«ДС № 84 «Голубок»  
\_\_\_\_\_ Т.В. Сухенькая  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025г

**Режим воспитания и обучения  
МБДОУ «ДС №84 «Голубок» на 2025-2026 учебный год**

| Содержание деятельности                                                                                                                                                                             | Группы раннего возраста |                         | 1 младшие группы |                         | 2 младшие группы |                         | Средние группы |                         | Старшие группы |                             | Подготовительные группы |                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|------------------|-------------------------|------------------|-------------------------|----------------|-------------------------|----------------|-----------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                                                                                                                                                     | время                   | длительность            | время            | длительность            | время            | длительность            | время          | длительность            | время          | длительность                | время                   | длительность            |
| <b>Утренний приём детей, осмотр, игры, двигательная активность (подвижные игры), образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика</b> | 7.00 - 8.00             | 30 мин                  | 7.00 - 8.05      | 30 мин                  | 7.00 - 8.10      | 30 мин                  | 7.00 - 8.15    | 30 мин                  | 7.00 - 8.20    | 30 мин                      | 7.00 - 8.25             | 30 мин                  |
|                                                                                                                                                                                                     |                         | 30 мин                  |                  | 35 мин                  |                  | 40 мин                  |                | 45 мин                  |                | 50 мин                      |                         | 55 мин                  |
| <b>Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры</b>                                                                                                                                               | 8.00 - 8.10             | 10 мин                  | 8.05 - 8.15      | 10 мин                  | 8.10- 8.20       | 10 мин                  | 8.15 - 8.25    | 10 мин                  | 8.20 - 8.30    | 10 мин                      | 8.25 - 8.35             | 10 мин                  |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                      | 8.10 -8.30              | 20 мин                  | 8.15 - 8.35      | 20 мин                  | 8.20- 8.35       | 15 мин                  | 8.25- 8.40     | 15 мин                  | 8.30- 8.45     | 15 мин                      | 8.35- 8.50              | 15 мин                  |
| <b>Игры, самостоятельная деятельность</b>                                                                                                                                                           | 8.30-9.00               | 30 мин                  | 8.35- 9.00       | 25 мин                  | 8.35 9.00        | 25 мин                  | 8.40 9.00      | 20 мин                  | 8.45 9.00      | 15 мин                      | 8.50- 9.00              | 10 мин                  |
| <b>Занятия, самостоятельная деятельность в центрах детской активности, подготовка ко второму завтраку</b>                                                                                           | 9.00 - 09.30            | занятия не более 10 мин | 9.00 - 09.50     | занятия не более 10 мин | 9.00- 09.55      | занятия не более 15 мин | 9.00- 10.00    | занятия не более 20 мин | 9.00- 10.05    | занятия не более 20- 25 мин | 9.00- 10.10             | занятия не более 30 мин |
| <b>Второй завтрак</b>                                                                                                                                                                               | 09.30- 09.45            | 15 мин                  | 09.50- 10.05     | 15 мин                  | 09.55- 10.10     | 15 мин                  | 10.00- 10.15   | 15 мин                  | 10.05- 10.20   | 15 мин                      | 10.10- 10.25            | 15 мин                  |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки/ (подготовка ко сну , 1-ый сон - ясли)</b>                                                                                               | 09.45- 11.15            | 1ч. 30 мин              | 10.05- 11.45     | 1ч. 40 мин              | 10.10- 12.00     | 1ч. 50 мин              | 10.15- 12.05   | 1ч. 50 мин              | 10.20- 12.10   | 1ч. 50 мин                  | 10.25- 11.45            | 1 ч.20 мин              |
| <b>Занятия, самостоятельная деятельность в центрах детской активности</b>                                                                                                                           | -                       | -                       | -                | -                       | -                | -                       | -              | -                       |                |                             | 11.45- 12.15            | 30 мин                  |
| <b>Подготовка к обеду</b>                                                                                                                                                                           | 11.15 - 11.30           | 15 мин                  | 11.45 - 12.05    | 15 мин                  | 12.00- 12.10     | 10 мин                  | 12.05- 12.15   | 10 мин                  | 12.10- 12.20   | 10 мин.                     | 12.15- 12.25            | 10 мин                  |
| <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                         | 11.30- 12.00            | 30 мин                  | 12.05- 12.25     | 20 мин                  | 12.10- 12.30     | 20 мин                  | 12.15- 12.40   | 20 мин                  | 12.20- 12.40   | 20 мин                      | 12.25- 12.45            | 20 мин                  |

|                                                                                          |                                                                      |                            |                                                                      |                            |                                                                                            |            |                                                                                   |            |                                                                                                                |                         |                                                                                                                  |                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Подготовка ко сну</b>                                                                 | 12.00-12.10                                                          | 10 мин                     | 12.25-12.30                                                          | 5 мин                      | 12.30-12.35                                                                                | 5 мин      | 12.40-12.45                                                                       | 5 мин      | 12.40-12.45                                                                                                    | 5 мин                   | 12.45-12.50                                                                                                      | 5 мин                   |
| <b>Сон (2 -ой сон - ясли)</b>                                                            | 12.10-15.15                                                          | 3 часа 05 мин              | 12.30-15.30                                                          | 3 часа                     | 12.35-15.15                                                                                | 2ч 40 мин  | 12.45-15.15                                                                       | 2ч.30 мин  | 12.45-15.15                                                                                                    | 2 часа 30 мин           | 12.50-15.20                                                                                                      | 2 ч. 30 мин             |
| <b>Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры</b>                     | 15.15 - 15.30                                                        | 15 мин                     | 15.30 - 16.00                                                        | 30 мин                     | 15.15 - 15.30                                                                              | 15 мин     | 15.15 - 15.30                                                                     | 15 мин     | 15.15 - 15.30                                                                                                  | 15 мин                  | 15.20 - 15.30                                                                                                    | 10 мин                  |
| <b>Игры, занятия, самостоятельная деятельность и организованная детская деятельность</b> | -                                                                    | -                          | -                                                                    | -                          | 15.30-16. 05                                                                               | .          | 15.30-16.10                                                                       |            | 15.30-16.15                                                                                                    | занятие не более 25 мин | 15.30-16.30                                                                                                      | занятие не более 30 мин |
| <b>Подготовка к ужину</b>                                                                | 15.30-15.40                                                          | 10 мин                     | 16.00-16.10                                                          | 10 мин                     | 16.05-16.15                                                                                | 10 мин     | 16.10-16.20                                                                       | 10 мин     | 16.15-16.25                                                                                                    | 10 мин                  | 16.30-16.35                                                                                                      | 5 мин                   |
| <b>Ужин</b>                                                                              | 15.40-16.10                                                          | 30 мин                     | 16.10-16.25                                                          | 15 мин                     | 16.15-16.35                                                                                | 20 мин     | 16.20-16.40                                                                       | 20 мин     | 16.25-16.40                                                                                                    | 15 мин                  | 16.35-16.50                                                                                                      | 15 мин                  |
| <b>Игры, занятия, самостоятельная деятельность в центрах детской активности</b>          | 16.10-16.55                                                          | занятия не более 8 -10 мин | 16.25-16.55                                                          | занятия не более 8 -10 мин | -                                                                                          |            | -                                                                                 |            |                                                                                                                |                         | -                                                                                                                |                         |
| <b>Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой</b>                                 | 16.55-19.00                                                          | 2 ч. 05 мин                | 16.55-19.00                                                          | 2 ч. 05 мин                | 16.35-19.00                                                                                | 2ч. 25 мин | 16.40-19.00                                                                       | 2 ч.20 мин | 16.40-19.00                                                                                                    | 2ч. 20 мин              | 16.50-19.00                                                                                                      | 2 ч. 10 мин             |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                            |                                                                      |                            |                                                                      |                            |                                                                                            |            |                                                                                   |            |                                                                                                                |                         |                                                                                                                  |                         |
| <b>Организованная образовательная деятельность</b>                                       | 1 и 2 половина дня по 8-10 мин. Занятия осуществляется по подгруппам |                            | 1 и 2 половина дня по 8-10 мин. Занятия осуществляется по подгруппам |                            | В первой или во второй половине дня – не более 30 минут. Перерыв между занятиями – 10 мин. |            | В первой или во второй половине дня – 40 минут. Перерыв между занятиями – 10 мин. |            | В первой половине дня – 45 минут. Перерыв между занятиями – 10 мин. Во второй половине дня – не более 25 минут |                         | В первой половине дня – 1.ч 30 мин. Перерыв между занятиями – 10 мин. Во второй половине дня – не более 30 минут |                         |
| <b>Время прогулки</b>                                                                    | 3 часа 35 мин                                                        |                            | 3 часа 45 мин                                                        |                            | 4 часа 15 мин.                                                                             |            | 4 часа 10 минут                                                                   |            | 4 часа 10 минут                                                                                                |                         | 3 часа 30 минут                                                                                                  |                         |

Примечание: в неблагоприятную погоду прогулки проводятся в функциональных помещениях.