

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –  
детский сад №36  
ОГРН № 1026602317961 от 23.09.2002 г.  
ИНН/КПП 6658077733/665801001

620131 г. Екатеринбург, ул. Заводская, 44а Телефон 8(343)205-12-60 Факс 8(343)205-10-45

e-mail: mds\_36@mail.ru

сайт: <https://dms36.tvoysadik.ru/>

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ - детский сад № 36  
 С.А. Пунполева  
Приказ № 146 от «27» августа 2025 г

## Режим дня в группах общеразвивающей направленности МБДОУ – детский сад № 36 на 2025-2026 учебный год

### Пояснительная записка

Режим дня в образовательном учреждении составлен на основе следующих документов: –  
Устав МБДОУ. – СанПиН 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к  
организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и подростков;  
СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению  
безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

– Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного  
образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
– детский сад № 36. Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и  
способствует их гармоничному развитию. Режим дня обеспечивает систему  
распределения (чередования) периодов сна и бодрствования, приемов пищи,  
гигиенических и оздоровительных процедур организованной образовательной и  
самостоятельной деятельности детей.

На 01.09.2024-2025 учебного года в МБДОУ – детском саду № 36 функционирует  
15 групп общеразвивающей направленности:

- группа раннего развития 1,5-2 г.-1;
- 1 младшая группа – 3;
- 2 младшая группа – 3;
- Средняя группа – 3;
- Старшая группа – 3;
- Подготовительная к школе группа – 2.

Режим дня составлен с расчетом на 10,5 часовое пребывание детей в детском саду. Ежедневная организация жизни и деятельности детей определяется с учетом времени, отведенного на:

- организованную образовательную деятельность (ООД), осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей с 3 до 7 лет составляет 5,5-6 часов. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3 часа в день. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня до обеда и во вторую половину дня перед уходом детей домой. Во время прогулки с детьми проводятся подвижные игры и физические упражнения. Дневной сон организуют однократно. Для детей от 1 до 3 лет продолжительность дневного сна составляет 3 часа. Для детей с 4 до 7 лет продолжительность дневного сна составляет 2,5 часа. Время, отведенное на организованную образовательную деятельность согласно СанПин 1.2.3685-21 составляет:

- для детей с 1,5 до 3 лет – 10 минут;
- для детей 4-го года жизни – 15 минут;
- для детей 5-го года жизни – 20 минут;
- для детей 6-го года жизни – 25 минут;
- для детей 7-го года жизни – 30 минут

ООД в первой половине дня в младшей и средней группах не должна превышать 2-х занятий, а в старшей и подготовительной – 3-х. ООД с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется в первой и во второй половине дня после дневного сна. В середине времени, отведенного на ООД, проводится физкультминутка не менее 2 мин. Перерывы между ООД не менее 10 минут.

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 1,5 до 2 лет (вторая группа раннего возраста)  
на 2025– 2026 учебный год

| <i><b>Время</b></i>  | <i><b>Вид деятельности</b></i>                                                                      | <i><b>Кол - во<br/>мин</b></i> |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>07.30 - 08.00</b> | Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика                              | 30 мин                         |
| <b>08.00 - 08.30</b> | Подготовка к завтраку, завтрак                                                                      | 30 мин                         |
| <b>08.30 – 09.00</b> | Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)                               | 30 мин                         |
| <b>09.00 – 09.10</b> | Занятия 1 в игровой форме                                                                           | 10 мин                         |
| <b>09.10 – 09.20</b> | Перерыв: двигательная, игровая деятельность                                                         | 10 мин                         |
| <b>09.20 – 09.30</b> | Занятия 2 в игровой форме                                                                           | 10 мин                         |
| <b>09.30 – 09.40</b> | Второй завтрак.                                                                                     | 10 мин                         |
| <b>09.40 - 11.10</b> | Прогулка:                                                                                           | 90 мин                         |
|                      | Подготовка к прогулке                                                                               |                                |
|                      | Наблюдение                                                                                          |                                |
|                      | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                           |                                |
|                      | Индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников                              |                                |
| <b>11.10 - 11.30</b> | Возвращение с прогулки.                                                                             | 20 мин                         |
| <b>11.30 - 12.00</b> | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.                                                  | 30 мин                         |
| <b>12.00 – 15.00</b> | Дневной сон.                                                                                        | 180 мин                        |
| <b>15.00 – 15.30</b> | Постепенный подъем. Гигиенические процедуры. Корректирующая гимнастика. Полдник.                    | 30 мин                         |
| <b>15.30 - 16.30</b> | Самостоятельная деятельность, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое) | 60 мин                         |
| <b>16.30 – 18.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая, двигательная деятельность. Уход детей домой.              | 90 мин                         |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают ( СанПиН 1.2.3685-21)

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 2 до 3 лет (вторая группа раннего возраста)  
на 2025– 2026 учебный год

| <i><b>Время</b></i>   | <i><b>Вид деятельности</b></i>                                                                | <i><b>Кол - во мин</b></i> |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>07.30 - 08.20</b>  | Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика                        | 50 мин                     |
| <b>08.20 - 08.50</b>  | Подготовка к завтраку. Завтрак.                                                               | 30 мин                     |
| <b>08.50 – 09.00</b>  | <i>Утренний круг</i>                                                                          | 10 мин                     |
| <b>09.00 – 09.50.</b> | Подготовка к образовательной деятельности. Образовательная деятельность (2 занятия по 10 мин) | 50 мин                     |
|                       | Гимнастика в процессе занятия -2 минуты                                                       |                            |
|                       | Перерывы между занятиями, не менее 10 минут. Игровая, двигательная деятельность.              |                            |
| <b>09.50 – 10.00</b>  | Второй завтрак.                                                                               | 10 мин                     |
| <b>10.00 -11.40</b>   | Прогулка:                                                                                     | 100 мин                    |
|                       | Подготовка к прогулке                                                                         |                            |
|                       | Наблюдение                                                                                    |                            |
|                       | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                     |                            |
|                       | Индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников                        |                            |
|                       | Возвращение с прогулки                                                                        |                            |
| <b>11.40 – 12.15</b>  | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед.                                            | 35 мин                     |
| <b>12.15 -15.15</b>   | Дневной сон.                                                                                  | 180 мин                    |
| <b>15.15 - 15.30</b>  | Постепенный подъем. Гигиенические процедуры. Корректирующая гимнастика.                       | 15 мин                     |
| <b>15.30 - 16.00</b>  | Подготовка к полднику. Полдник.                                                               | 30 мин                     |
| <b>16.00 - 16.30</b>  | Игры, самостоятельная деятельность детей                                                      | 30 мин                     |
| <b>16.30 – 16.40</b>  | <i>Вечерний круг</i>                                                                          | 10 мин                     |
| <b>16.40 – 18.00</b>  | Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая, двигательная деятельность. Уход детей домой.        | 80 мин                     |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают ( СанПиН 1.2.3685-21)

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 3 до 4 лет (младшая группа)  
на 2025– 2026 учебный год

| <b>Время</b>         | <b>Вид деятельности</b>                                                                                | <b>Кол - во мин</b> |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>07.30 - 08.20</b> | Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)      | 50 мин              |
| <b>08.20 - 08.50</b> | Подготовка к завтраку. Завтрак. Дежурство.                                                             | 30 мин              |
| <b>08.50 – 09.00</b> | <i>Утренний круг</i>                                                                                   | 10 мин              |
| <b>09.00 – 10.05</b> | Подготовка к образовательной деятельности.<br>Образовательная деятельность (2 занятия по 15 мин)       | 65 мин              |
|                      | Гимнастика в процессе занятия -2 минуты                                                                |                     |
|                      | Перерывы между занятиями, не менее 10 минут:<br>– игровая деятельность,<br>– двигательная деятельность |                     |
| <b>10.05 – 10.15</b> | Второй завтрак.                                                                                        | 10 мин              |
| <b>10.15 – 12.00</b> | Прогулка:                                                                                              | 105 мин             |
|                      | Подготовка к прогулке                                                                                  |                     |
|                      | Наблюдение                                                                                             |                     |
|                      | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                              |                     |
|                      | Индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников                                 |                     |
|                      | Трудовые поручения                                                                                     |                     |
|                      | Возвращение с прогулки                                                                                 |                     |
| <b>12.00 - 12.30</b> | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.<br>Обед. Дежурство.                                       | 30 мин              |
| <b>12.30 -15.00</b>  | Подготовка ко сну, сон.                                                                                | 150 мин             |
| <b>15.00 – 15.10</b> | Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                       | 10 мин              |
| <b>15.10 - 15.40</b> | Подготовка к полднику. Полдник.                                                                        | 30 мин              |
| <b>15.40 - 16.20</b> | Игры, самостоятельная деятельность детей                                                               | 40 мин              |
| <b>16.20 – 16.30</b> | <i>Вечерний круг</i>                                                                                   | 10 мин              |
| <b>16.30 – 18.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая, двигательная деятельность. Уход детей домой.                 | 90 мин              |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают ( СанПиН 1.2.3685-21)

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 4 до 5 лет (средняя группа)  
на 2025– 2026 учебный год

| <i><b>Время</b></i>  | <i><b>Вид деятельности</b></i>                                                                         | <i><b>Кол - во<br/>мин</b></i> |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>07.30 - 08.20</b> | Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)      | 50 мин                         |
| <b>08.20 - 08.40</b> | Подготовка к завтраку. Завтрак. Дежурство.                                                             | 20 мин                         |
| <b>08.40 – 08.50</b> | <i>Утренний круг</i>                                                                                   | 10 мин                         |
| <b>08.50 – 10.00</b> | Подготовка к образовательной деятельности.<br>Образовательная деятельность (2 занятия по 20 мин)       | 70 мин                         |
|                      | Гимнастика в процессе занятия -2 минуты                                                                |                                |
|                      | Перерывы между занятиями, не менее 10 минут:<br>– игровая деятельность,<br>– двигательная деятельность |                                |
| <b>10.00 – 10.10</b> | Второй завтрак.                                                                                        | 10 мин                         |
| <b>10.10 – 12.00</b> | Прогулка:                                                                                              | 110 мин                        |
|                      | Подготовка к прогулке                                                                                  |                                |
|                      | Наблюдение                                                                                             |                                |
|                      | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                              |                                |
|                      | Индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников                                 |                                |
|                      | Трудовые поручения                                                                                     |                                |
|                      | Возвращение с прогулки                                                                                 |                                |
| <b>12.00 - 12.30</b> | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.<br>Обед. Дежурство.                                       | 30 мин                         |
| <b>12.30 -15.00</b>  | Подготовка ко сну, сон.                                                                                | 150 мин                        |
| <b>15.00 – 15.10</b> | Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                       | 10 ин                          |
| <b>15.10 - 15.30</b> | Подготовка к полднику. Полдник.                                                                        | 20 мин                         |
| <b>15.30 - 16.20</b> | Игры, самостоятельная деятельность детей                                                               | 50 мин                         |
| <b>16.20 – 16.30</b> | <i>Вечерний круг</i>                                                                                   | 10 мин                         |
| <b>16.30 – 18.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка.<br>Игровая, двигательная деятельность.<br>Уход детей домой.           | 90 мин                         |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают ( СанПиН 1.2.3685-21)

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 5 до 6 лет (старшая группа)  
на 2025– 2026 учебный год

| <b>Время</b>         | <b>Вид деятельности</b>                                                                                         | <b>Кол - во мин</b> |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>07.30 - 08.20</b> | Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)               | 50 мин              |
| <b>08.20 - 08.40</b> | Подготовка к завтраку. Завтрак. Дежурство.                                                                      | 20 мин              |
| <b>08.40 – 08.50</b> | <i>Утренний круг</i>                                                                                            | 10 мин              |
| <b>08.50 – 10.20</b> | Подготовка к образовательной деятельности.<br>Организованная образовательная деятельность (2 занятия по 25 мин) | 90 мин              |
|                      | Гимнастика в процессе занятия -2 минуты                                                                         |                     |
|                      | Перерывы между занятиями, не менее 10 минут:<br>– игровая деятельность,<br>– двигательная деятельность          |                     |
| <b>10.10 – 10.20</b> | Второй завтрак.                                                                                                 | 10 мин              |
| <b>10.20 – 12.10</b> | Прогулка:                                                                                                       | 110 мин             |
|                      | Подготовка к прогулке                                                                                           |                     |
|                      | Наблюдение                                                                                                      |                     |
|                      | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                                       |                     |
|                      | Индивидуальная работа по различным направления развития воспитанников                                           |                     |
|                      | Трудовые поручения                                                                                              |                     |
|                      | Возвращение с прогулки                                                                                          |                     |
| <b>12.10 - 12.30</b> | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.<br>Обед. Дежурство.                                                | 20 мин              |
| <b>12.30 -15.00</b>  | Подготовка ко сну, сон.                                                                                         | 150 мин             |
| <b>15.00 – 15.15</b> | Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                                | 15 мин              |
| <b>15.15 - 15.30</b> | Подготовка к полднику. Полдник.                                                                                 | 15 мин              |
| <b>15.30 - 15.55</b> | Организованная образовательная деятельность                                                                     | 25 мин              |
| <b>15.55 – 16.20</b> | Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                        | 25 мин              |
| <b>16.20 – 16.30</b> | <i>Вечерний круг</i>                                                                                            | 10 мин              |
| <b>16.30 – 18.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка. Игровая, двигательная деятельность. Уход детей домой.                          | 90 мин              |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают ( СанПиН 1.2.3685-21

**РЕЖИМ ДНЯ**  
в группе общеразвивающей направленности  
для детей от 6 до 7 лет (подготовительная группа)  
на 2025– 2026 учебный год

| <b>Время</b>         | <b>Вид деятельности</b>                                                                                                                                               | <b>Кол - во мин</b> |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>07.30 - 08.20</b> | Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)                                                                     | 50 мин              |
| <b>08.20 - 08.40</b> | Подготовка к завтраку. Завтрак. Дежурство.                                                                                                                            | 20 мин              |
| <b>08.40 – 08.50</b> | <i>Утренний круг</i>                                                                                                                                                  | 10 мин              |
| <b>08.50 – 10.40</b> | Подготовка к образовательной деятельности.<br>Организованная образовательная деятельность (3 занятия по 30 мин)                                                       | 110 мин             |
|                      | Гимнастика в процессе занятия -2 минуты                                                                                                                               |                     |
|                      | Перерывы между занятиями, не менее 10 минут:<br>– игровая деятельность,<br>– двигательная деятельность                                                                |                     |
| <b>10.00 – 10.10</b> | Второй завтрак.                                                                                                                                                       | 10 мин              |
| <b>10.40 – 12.10</b> | Прогулка:                                                                                                                                                             | 90 мин              |
|                      | Подготовка к прогулке                                                                                                                                                 |                     |
|                      | Наблюдение                                                                                                                                                            |                     |
|                      | Двигательная активность: подвижные, спортивные упражнения                                                                                                             |                     |
|                      | Индивидуальная работа по различным направления развития воспитанников                                                                                                 |                     |
|                      | Трудовые поручения                                                                                                                                                    |                     |
|                      | Возвращение с прогулки                                                                                                                                                |                     |
| <b>12.10 - 12.30</b> | Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.<br>Обед. Дежурство.                                                                                                      | 20 мин              |
| <b>12.30 -15.00</b>  | Подготовка ко сну, сон.                                                                                                                                               | 150 мин             |
| <b>15.00 – 15.15</b> | Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                                                                                                      | 15 мин              |
| <b>15.15 - 15.30</b> | Подготовка к полднику. Полдник.                                                                                                                                       | 15 мин              |
| <b>15.30 - 16.20</b> | Организованная образовательная деятельность по реализации регионального компонента программы (при необходимости 30 минут)<br>Игры, самостоятельная деятельность детей | 50 мин              |
| <b>16.20 – 16.30</b> | <i>Вечерний круг</i>                                                                                                                                                  | 10 мин              |
| <b>16.30 – 18.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка.<br>Игровая, двигательная деятельность.<br>Уход детей домой.                                                                          | 90 мин              |

\* При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают (СанПиН 1.2.3685-21)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849308

Владелец Пунполева Светлана Анатольевна

Действителен с 21.08.2025 по 21.08.2026