

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025



РЕЖИМ ДНЯ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА «Солнышко»

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность Утренний круг	7.00-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15-8.45
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.45-8.50
Занятия (по подгруппам)	8.50-9.00 (1 подгр.) 9.10-9.20 (2 подгр.)
Совместная деятельность педагога с детьми	9.00 – 9.10
Самостоятельная деятельность, подготовка ко 2 завтраку, завтрак	9.20-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность,	11.20-11.40
Подготовка к обеду. Обед	11.40-12.10
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.10-12.15
Дневной сон	12.15-15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.15-15.30
Полдник	15.30-15.50
Занятия (по подгруппам)	15.50-16.00 16.10–16.20
Совместная деятельность педагога с детьми. Рефлексия.	16.00-16.10
Игры, самостоятельная деятельность	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.10-19.00

Занятия

Продолжительность занятий для детей 2-3 лет составляет не более 10 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 20 мин. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут. Занятия с детьми 2-3 лет могут осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Их продолжительность должна составлять не более 10 минут в день.

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025



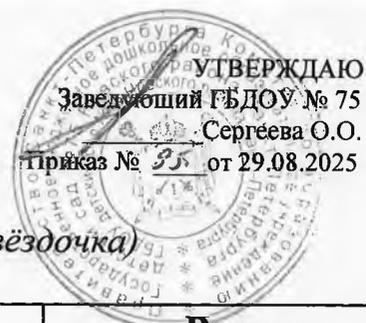
РЕЖИМ ДНЯ 2 МЛАДШАЯ ГРУППА (Колосок)

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, игры Утренний круг	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	Пн., Вт., Ср., Пт.. 9.00-9.15 (1 занятие), 9.25-9.40 (2 занятие) Чт.. 9.00-9.15 (1 занятие), 10.10-10.25 (2занятие)
Совместная деятельность педагога с детьми	9.15-9.25
Подготовка к завтраку, 2-ой завтрак	9.40-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры	9.50-11.50
Подготовка к обеду. Обед	11.50-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей. Занятиях в кружках. Чтение художественной литературы Рефлексия.	15.50-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельные игры, уход детей домой	18.20-19.00

Занятия

Продолжительность занятий для детей 3-4 лет составляет не более 15 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 30 мин. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025



РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ (Звёздочка)

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, игры, Утренний круг	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.20; 9.30-10.50
Совместная деятельность педагога с детьми	9.20-9.45
Подготовка к завтраку, 2-ой завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры	10.15-12.15
Подготовка к обеду. Обед	12.15-12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.05
Постепенный подъем, оздоровительная работа	15.05-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей. Занятия в кружках. Чтение художественной литературы. Итоговая Рефлексия	15.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 -18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.30-19.00

Занятия

Продолжительность занятий для детей 4-5 лет составляет не более 20 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает 40 мин. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025



РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ (Сказка)

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.25 9.35-10.00, 10.20-10.45 Ср..9.55-10.20
Подготовка, 2-ой завтрак	10.10-10.20 Пон. Вт. 9.45-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры	Ср.Пят..10.55-12.15 10.20-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Занятие	Ср. 15.45-16.10
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, игры. Занятия в кружках. Чтение художественной литературы	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.40-19.00

Занятия

Продолжительность занятия для детей 5-6 лет составляет не более 25 минут. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей 5-6 лет, 50 минут или 75 минут при организации одного занятия, после дневного сна. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 75
Сергеева О.О.
Приказ № 3 от 29.08.2025

РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ (*Радуга*)

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.25 9.30-9.55, 10.20-10.45 Ср. 9.55-10.20
Подготовка, 2-ой завтрак	Пон.вт. 10.10-10.20 9.45-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	Пон.вт. 10.50-12.15 10.20-12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры	12.15-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.20-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Занятие	Ср. 15.45-16.10
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, игры. Занятия в кружках. Чтение художественной литературы	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.40-19.00

Занятия

Продолжительность занятия для детей 5-6 лет составляет не более 25 минут. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей 5-6 лет, 50 минут или 75 минут при организации одного занятия, после дневного сна. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
№ 1 от 29.08.2025



РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ (Р.о.машка)

Режимные моменты	Время
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.25
Утренняя гимнастика	8.25-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия	9.00-9.30. 9.40-10.10 12.05-12.35
Подготовка, 2-ой завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20-12.05 Чет.10.20-12.25
Возвращение с прогулки	
Подготовка к обеду, обед	12.35-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, игры. Занятия в кружках. Чтение художественной литературы	15.50-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-18.40
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.40-19.00

Занятия

Продолжительность занятия для детей 6-7 лет составляет не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки не превышает 90 минут, при организации одного занятия после дневного сна. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.