

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
МКДОУ Обуховский детский сад №2
Протокол № 1 от «31» 08 2026 год

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом заведующего МКДОУ
Обуховский детский сад №2
№ 42 от «31» 08 2026 год
/Е.П.Калугина/

Примерный режим дня в группе детей от 1 года до 2 лет

Содержание	Время	
	1 год – 1.5 года	1.5 -2 года
Холодный период		
Прием детей, осмотр , игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку	8.30-9.00	8.30-9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.30	9.00-9.30
Подготовка ко сну, сон	9.30-12.00	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	9.30-9.40 9.50-10.00
Второй завтрак	Увеличивается калорийность основного завтрака	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.00-13.10 13.20-13.30	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.10-14.20	-
Подготовка ко сну, второй сон	14.30-16.00	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.30-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, ужин, совмещенный с полдником	16.00-16.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам	-	15.30-15.40 15.50 -16.00

1

¹ Пункт 8.1.2.1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Ужин, совмещенный с полдником	-	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.00	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, игры/беседы, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00
Прогулка с родителями (законными представителями)	19.00-20.00	
<i>Теплый период</i>		
Прием детей, осмотр , игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку	8.30-9.00	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.00-10.00	9.00-11.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак	Увеличивается калорийность основного завтрака	10.30-11.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	10.00-12.30	-
Подготовка к обеду, обед	12.30	12.00-12.30
Подготовка к прогулке, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.20-13.30 13.30-13.40	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.00-14.10	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30-15.00	-
Подготовка ко сну, сон	15.00-16.30	12.30-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	16.30-17.00	15.30-16.00
Ужин, совмещенный с полдником	17.00-17.30	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам		16.30-16.40 16.50-17.00

Подготовка к прогулке, прогулка	17.30-18.30	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры/беседы, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет

Содержание	Время
<i>Холодный период года</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-9.40
	9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.30-15.40
	15.50-16.00
Ужин, совмещенный с полдником	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, игры/беседы, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00
<i>Теплый период года</i>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-11.30
	9.40-9.50
	10.00-10.10
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, сон.	12.30-15.30
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	15.30-16.00
Ужин, совмещенный с полдником	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.30
	16.30-16.40
	16.50-17.00
Возвращение с прогулки, игры/беседы, самостоятельная деятельность, уход домой	18.30-19.00

Примерный режим дня в дошкольных группах

одержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<i>Холодный период года</i>				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	7.00 -8.30	7.00 -8.30	7.00 -8.30	7.00 -8.30
Завтрак	8.30 -9.00	8.30 -9.00	8.30 -9.00	8.30 -9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 -9.20	9.00 -9.15	9.00 -9.15	-
Занятия(включая гимнастику в процессе занятия – 2 минут, перерывы между занятиями 10 мин)	9.20 -10.00	9.15- 10.05	9.15 -10.15	9.00- 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00- 12.00	10.05- 12.00	10.15- 12.00	10.50- 12.00
Второй завтрак	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00
Обед	12.00- 12.30	12.00- 13.00	12.00- 13.00	12.00- 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30
Самостоятельная/игровая деятельность досуги, индивидуальная работа, дополнительное образование	15.30- 16.00	15.30- 16.05	15.30- 16.10	15.30- 16.15
Занятия (при необходимости)	-	-	15.45- 16.10	-
Ужин, совмещенный с полдником	16.00- 16.25	16.05- 16.35	16.10- 16.35	16.15- 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.25- 18.00	16.35- 18.00	16.35- 18.00	16.40- 18.30
Возвращение с прогулки, игры,/беседы, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.00- 19.00	18.00- 19.00	18.00- 19.00	18.30- 19.00
<i>Теплый период</i>				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30	7.00- 8.30
Завтрак	8.30- 9.00	8.30- 9.00	8.30- 9.00	8.30- 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00- 9.20	9.00- 9.15	9.00- 9.15	-
Второй завтрак	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20- 12.00	9.15- 12.00	9.15- 12.00	9.00- 12.00
Обед	12.00- 13.00	12.00- 13.00	12.00- 13.00	12.00- 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30	13.00- 15.30

Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Ужин, совмещенный с полдником	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, игры,/беседы, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00