

Эберлин
г Алина
Василье
вна

Подписано
цифровой
подписью:
Эберлинг
Алина
Васильевна

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №186»
(МБДОУ «Детский сад №186»)

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1

от «27» 08 2026г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом и.о. заведующего

МБДОУ «Детский сад №186»

№ 109 от «28» 08 2026г.

 А.В.Эберлинг



РЕЖИМ ДНЯ

муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад №186»
на 2026/2027 учебный год

Холодный период года

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.30 – 8.15	7.30 – 8.15	7.30 – 8.25	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.50	8.15 – 8.50	8.25 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.50– 9.00	8.50– 9.00	8.50– 9.00	8.50– 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.45	9.00 – 9.50	9.00 – 10.30	9.00 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	9.45– 12.10	9.50– 12.20	10.30–12.30	10.50– 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.10– 12.40	12.20– 12.50	12.30–13.00	12.40– 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40– 15.00	12.50– 15.00	13.00–15.00	13.00– 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00– 15.15	15.00– 15.15	15.00–15.15	15.00– 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15– 15.30	15.15– 15.30	15.15–15.30	15.15– 15.30
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность.	15.30– 16.00	15.30– 16.00	15.30–16.00	15.30– 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки, игры	16.00– 17.20	16.00– 17.20	16.00–17.30	16.00– 17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.20– 17.45	17.20– 17.40	17.30–17.50	17.30– 17.50
Самостоятельная деятельность, уход домой	17.45– 18.00	17.40– 18.00	17.50–18.00	17.50– 18.00

Теплый период года

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 – 8.25	7.30 – 8.30	7.30 – 8.35	7.30 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак Игры, самостоятельная деятельность детей.	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.35 – 9.00
Самостоятельная и совместная деятельность, занятия со специалистами	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	9.50– 12.10	10.00– 2.20	10.00–12.30	10.00– 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.10–12.40	12.20–2.50	12.30 – 3.00	12.40– 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40–15.00	12.50–5.00	13.00–15.00	13.00– 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры,	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00–15.20	15.00– 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20–15.40	15.20– 15.40	15.20– 15.40	15.20– 15.40
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.40–16.00	15.40– 16.00	15.40– 16.00	15.40– 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры	16.00–17.10	16.00– 17.20	16.00– 17.30	16.00– 17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.10–17.30	17.20– 17.40	17.30– 17.50	17.30– 17.50
Самостоятельная деятельность, уход домой	17.30–18.00	17.40– 18.00	17.50– 18.00	17.50– 18.00

**Режим дня группы кратковременного
пребывания - 4 часа
Холодный период года**

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей, свободная игра, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	7.30 – 8.25	7.30 – 8.25	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	8.25 – 8.50	8.25 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.50– 9.00	8.50– 9.00	8.50– 9.00	8.50– 9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00 – 9.45	9.00 – 9.50	9.00 – 10.30	9.00 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки, уход домой	9.45– 12.1 0	9.50– 12.20	10.30–12.30	10.50– 12.40

**Режим дня группы кратковременного
пребывания - 4 часа
Теплый период года**

Режимные моменты	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приём детей, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 – 8.25	7.30 – 8.30	7.30 – 8.35	7.30 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак Игры, самостоятельная деятельность детей.	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.35 – 9.00
Самостоятельная и совместная деятельность	9.00 – 9.50	9.00 –10.00	9.00 – 10.00	9.00 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), самостоятельная деятельность. Возвращение с прогулки, уход домой.	9.50– 12.10	10.00–12.20	10.00–12.30	10.00– 12.40